

شماره ۳۷۵۵
چهارشنبه ۴ مرداد ۱۳۹۶
بها ۱۵۰۰ تومان



بهاره رهنما بازیگری که حقوق می‌داند

احساس می‌کردم روی ابرها راه می‌روم

مراقب رنجهای ذهنی خود باشید

چطور بدانم که افسرده هستم؟

عشق از راه دور

قلعه رودخان، کهن‌ترین دژ نظامی گیلان

بهره برداری از فضای تجاری مالکان
PARTNERSHIP

این طرح ویژه افرادی است که آمادگی دارند فضای تجاری خود را جهت بهره‌برداری در اختیار شرکت رفاه قرار دهند. مالکان فضاهای تجاری مناسب برای راه‌اندازی فروشگاه می‌توانند با در اختیار قرار دادن ملک خود، به دو روش از مزایای همکاری با شرکت رفاه بهره‌مند شوند:



روش اول
درصد از فروش خالص

روش دوم
اجاره

واگذاری نمایندگی
FRANCHISING

این طرح ویژه افرادی است که علاقه‌مندند با دریافت حق نمایندگی از شرکت رفاه، به عضویت شبکه نمایندگی‌های فروشگاه‌های رفاه درآمده و با بهره‌مندی از خدمات پشتیبانی رفاه، فروشگاه خود را راه‌اندازی و آن را مدیریت نمایند

مزایای دریافت نمایندگی فروشگاه های زنجیره ای رفاه







از ۲۱۰ فروشگاه رفاه، بیش از ۱۷۰ فروشگاه از طریق مشارکت با مالکان فروشگاه‌ها در حال فعالیت می‌باشند.

چرا رفاه انتخاب اول مالکان فروشگاه‌ها است؟

- ۲۲ سال فعالیت مستمر و پایدار در صنعت خرده‌فروشی
- همکاری با ۳۰۰۰ شرکت تولیدی و تامین‌کننده
- برخورداری از ۳۰۰۰ نفر نیروی انسانی
- پشتوانه مالی قوی، شفافیت حساب‌ها و امور مالی
- اعتبار بالا نزد مشتریان و تأمین‌کنندگان کالاها

متقاضیان می‌توانند برای کسب اطلاعات بیشتر و تکمیل فرم تقاضا به وب‌سایت www.refah.ir مراجعه نمایند

رفاه
فروشگاه‌های زنجیره‌ای

بسم الله الرحمن الرحیم

در این شماره می خوانید:

صاحب امتیاز: شرکت ایرانچاپ (موسسه اطلاعات)
مدیر مسوول و سردبیر: فتح الله جوادی
معاون سردبیر: سید احمد شهابی
معاون فنی و ناظر چاپ: کریم ملکی
صفحه‌آرا: حمید دانش‌اندوز ـ مهدی اسماعیلی
ویراستار: مریم نیک پور / حروفچین: مریم شیرانی
نشانی: تهران - بلوار میرداماد - خیابان نفت جنوبی (تابان غربی) - پلاک ۸ - مجله اطلاعات هفتگی
کدپستی: ۱۵۴۹۹۵۳۱۱۱
روابط عمومی: نیلوفر گردان - تماس:
(از شنبه تا چهارشنبه - ۸ الی ۱۶) ۲۹۹۹۳۴۰۴-۲۲۲۲۶۲۲۶
نمابر: ۲۲۲۷۱۸۱۳ Email: haftegi@ettelaat.com
آگهی ها: ۱۸-۲۲۲۵۸۰۱۴ نمابر آگهی: ۲۱ و ۲۲۲۵۸۰۱۹
آبونمان: ۲-۲۹۹۹۳۴۷۱ چاپ از ایرانچاپ تلفن: ۲۹۹۹۹
تلگرام مجله: ۰۹۳۰۴۷۴۰۲۸۹

یادداشت هفته

محمد امین جوادی

آیا عمر بلاتکلیفی به سر می‌رسد؟!

این روزها بحث کابینه جدید در همه محافل سیاسی، اقتصادی و اجتماعی داغ است. از همه بدتر اینکه اقتصاد هم معطل کابینه جدید مانده است. من نمی‌دانم که این چه بلایی است که همواره چند ماه قبل از انتخابات و چند ماه پس از انتخابات همه چیز در کشور قفل می‌شود و حالتی انتظار گونه فضای کسب و کار را فرا می گیرد و همه منتظرند ببینند که چه کسانی بر سر کار می آیند، چه کسانی وزیر می‌شوند و دولت جدید چه تصمیماتی می گیرد و با عرض معذرت چه بلایی قرار است بر سر اقتصاد نازل شود.

اینکه ما هر ۴ سال، چند ماه قبل و بعد از انتخابات را در حالتی معطل نگه داریم و چرخهای کمتری در جامعه بچرخند و دستهای کمی به کار افتد و تقریباً همه دست روی دست بگذارند تا ببینند چه پیش می آید، بلای بزرگی است که باید برای آن فکری اساسی بشود.

یکی از علل اصلی آن این است که در جامعه ما دولت به صورت یک غول درآمده که تقریبا همه مقدّرات کشور در دست اوست. منظور من از دولت تنها قوه مجریه نیست بلکه تمام نهادها و شرکتهای شبه دولتی را نیز دربرمی گیرد. از جمله شرکتهایی که زیر نظر تامین اجتماعی هستند یا زیر نظر سپاه هستند یا صندوق بازنشستگی کشوری یا بانکها یا کمیته امداد یا بنیاد مستضعفان ... این روند که مجموعه‌های بزرگ اقتصادی و آنها که در اقتصاد حرف اصلی را می‌زنند و تاثیر مهمی دارند همه و همه یا دولتی هستند و یا شبه دولتی، باعث شده است که نقش حاکمیت و دولت در اقتصاد کشور بسیار گسترده و در عین حال دلیل اصلی توسعه نیافتگی جامعه ما باشد. به همین خاطر است که هر تغییری در سطح وزیران یا مدیران یا مسئولان چه در دستگاههای دولتی و چه در دستگاهها و نهادهای عمومی حاکمیتی تاثیر بسیار مهمی بر اقتصاد کشور بگذارد. درحالیکه اگر بخش خصوصی واقعی در جامعه شکل می گرفت تغییراتی که در قوه مجریه یا در مدیریت سایر نهادها و ارگانها پیش می آمد فضای کسب و کار را دچار حالت انتظار و رکود نمی کرد و اقتصاد راه خود را می رفت و مردم هم کارشان معطل نمی ماند.

اینکه از قیمت ارز گرفته تا بهای آب و برق و گاز و بنزین و تلفن و آهن و فولاد و طلا و آلومینیوم و گندم و نان و برنج و ... همه و همه در اختیار دولت باشد و دولت برایش تصمیم بگیرد و یا نهادهایی که چندان فرقی با دولت نمی کنند و تازه شفافیت کمتری هم دارند چنان بلایی بر سر اقتصاد ما آورده است که ما هرچند وقت یک بار چند ماهی را در رکود کامل می گذرانیم. بی آنکه هیچ دلیل منطقی برایش وجود داشته باشد. جالب آنکه ما اسناد بالادستی داریم، برنامه‌های ۵ ساله داریم، سیاستهای کلی هم توسط مجمع تشخیص مصلحت نظام تنظیم و پس از اصلاح نهایی رهبر انقلاب توسط ایشان ابلاغ می‌شود. اما در عمل هیچ کدام از این اسناد بالادستی تاثیر چندانی در تصمیم گیریهای عوامل اجرایی ندارند و قوانین دستخوش تغییر می شوند. سیاستها و تصمیمات عوض می‌شوند و هر دوره کشتیبان را سیاست دیگری می آید. و یک دوران آزمون و خطای پرهزینه را پشت سر می گذاریم و قدم در دوره بعدی می گذاریم. بی آنکه بدانیم دوران خدمت کوتاه است، جهان با سرعت در حال پیشرفت و جامعه در انتظار تدبیر حاکمان برای رفع مشکلاتشان. و این مدار تکراری و بی‌ثمر تجربه‌های همواره در حال تکرار و در معرض آزمون و خطاهای فراوان همچنان مکرر می‌شود و گویا پایانی بر آن نیست.

به راستی چرا ما باید در هر انتخابات اقتصاد جامعه را معطل مردان تازه بگذاریم؟

چرا افراد این همه در سیاستها موثرند؟ چرا به برنامه باور نداریم و چرا سعی نمی کنیم دخالت افراد را در تعیین مقدّرات کشور و به‌ویژه مقدرات اقتصادی کشور کمتر و کمتر کنیم و این مهم را به حوزه‌های کارشناسی و آکادمیها و موسسات علمی بسپاریم و یاد بگیریم که اولاً به برنامه باور داشته باشیم و ثانیاً بهترین و زبده‌ترین افراد را برای برنامه‌ریزی به کار بگیریم و همه هم به جدّ ایمان بیاوریم و اعتقاد پیدا کنیم که باید به برنامه عمل کنیم و قدمی خلاف برنامه عالمانه و کارشناسانه برنداریم.

در این صورت است که می‌توان امید داشت که جامعه روی پیشرفت را ببیند و کمتر گرفتار خطای ناشی از اشتباه مدیران شود.

نامه‌های بی‌واسطه

هزینه یک دروغ ساده

دوستی تعریف می‌کرد: در کشور دانمارک با قطار سفر می‌کردم. بچه‌ای بسیار شلوغ می‌کرد... خواستم او را آرام کنم. گفتم اگر آرام باشد برای او شکلات می‌خرم. آن بچه قبول کرد و آرام شد. قطار به مقصد رسید و من هم خیلی عادی از قطار پیاده شدم و راهم را کشیدم و رفتم. ناگهان پلیس مرا خواند و اعلام کرد شکایتی از شما شده مبنی بر اینکه به این بچه دروغ گفته‌ای. به او گفته‌ای برایت شکلات می‌خرم ولی نخریدی!... با کمال تعجب بازداشت شدم! در آنجا چند مجرم دیگر هم بودند مثل دزد و قاچاقچی. آنها با نظر عجیبی به من نگاه می‌کردند که تو دروغ گفته‌ای آن هم به یک بچه!!

به هر حال جریمه شدم و شکلات را خریدم اما عبارتی روی گذرنامه‌ام ثبت کردند که پاک کردن آن برایم بسیار گران تمام شد!! آنها گدای یک بسته شکلات نبودند. آنها نگران بدآموزی بچه‌شان بودند و اینکه اعتمادش را نسبت به بزرگترها از دست بدهد و فردا اگر پدر و مادرش حرفی به او زدند، باور نکند! اما در کشور ما، گول زدن به عنوان روش تربیتی استفاده می‌شود. شما حساب کنید اگر قرار بود بابت وعده‌هایی که مسئولان به مردم می‌دهند و به آن عمل نمی‌کنند مجازاتی در نظر گرفته شود چه اوضاعی می‌شد؟

اصغر شاهنظری ـ رامسر

خالی کردن جیبهای خالی

آزادراه تهران ـ پردیس از جمله اقدامات خوب دولت بوده است اما عوارض همین مسیر ۳۰ کیلومتری برای سواری ۳۵۰۰ تومان، برای مینی‌بوس ۴۵۰۰ و برای اتوبوس ۸۰۰۰ تومان است و افرادی که خانه‌هایشان در پردیس است هر بار برای رفت و آمد به تهران حداقل ۷۰۰۰ تومان در روز باید بپردازند و مردمی که سکونت در شهرکهایی مانند اندیشه، مارلیک و پردیس و... را برای زندگی انتخاب می‌کنند آدمهای برخورداری نیستند و پرداخت چنین مبالغی برای آنها چندان راحت نیست. گذشته از این شما به قبضهای آب و برق و گاز نگاه کنید و ببینید که چه پولهایی را که تحت عناوین مختلف از مردم می‌گیرند. از عوارض برق رسانی و آبرسانی و گاز رسانی روستایی بگیر تا آبونمان فاضلاب، مالیات، تبصره فلان، سهم آبفای روستایی، روشنایی سر کوچه، عوارض ارزش افزوده و... که تلکه کردن سرگردنه در فیشهای دولتی را به ذهن متبادر می‌کند و کم مانده که در آینده‌ای نه چندان دور پای همین قبضها بنویسند عوارض تنفس هوای تهران، عوارض نشستن روی نیمکت پارک، عوارض گذر از کنار چمنهای سبز، عوارض کمک به جمع آوری گداها، عوارض کمک به دولت برای پرداخت حقوق‌های نجومی و...

علی اکبر فرقانی ـ تهران

چرا باید تبعیض وجود داشته باشد؟

من مدتی است ساکن رجایی شهر شده‌ام که قبلاً به آن گوهردشت می‌گفتند. منطقه خوبی است. مردم آهسته صحبت می‌کنند، طعنه نمی‌زنند، کمتر بوق می‌زنند و نظم و نظام خوبی دارد اما آنچه مرا آزار می‌دهد این است که برخی جوانان ما وقتی افراد مسن را می‌بینند می‌گویند که خوش به حال شما که دوران قبل را دیده و به اندازه کافی جوانی کرده‌اید. ما که هیچی نداریم. من به شدت ناراحت می‌شوم که چرا باید جوانان حسرت چنین چیزهایی را بخورند. شاید هم حق داشته باشند. واقعیت این است که امکانات تفریحی و ورزشی برای جوانها یا نیست یا گران است و جوانان و به ویژه خانمها هم مشکل اشتغال دارند. دختر خانمهای ما با استعدادند و زحمت می‌کشند درس می‌خوانند و بیشترین سهم را در دانشگاهها دارند اما وقتی مدرک تحصیلی را می‌گیرند دستشان به جایی بند نیست. خیلی که شانس داشته باشند در یک داروخانه یا فروشگاه کاری پیدا می‌کنند که هیچ ارتباطی با رشته تحصیلی‌شان ندارد. اکثرا هم نه حقوق مکفی می‌گیرند و نه بیمه می‌شوند. امیدواریم مسئولین فکری برای امیدوار کردن جوانها بکنند

منیژه ابراهیمی ـ رجایی شهر



نمایی از مراسم غبارروبی ضریح مطهر امام هشتم شیعیان(ع) که هفته گذشته با حضور رهبر انقلاب در مشهد برگزار گردید

نامه به سردبیر

با سلامی گرم و صمیمی خدمت همه شما خوانندگان خوب و ارجمند مجله اطلاعات هفتگی و با تسلیت شهادت بانی مکتب جعفری حضرت امام جعفر صادق(ع) که سهم بزرگی در تبیین فقه اسلامی و تربیت شاگردان برجسته برعهده داشتند و نیز با تبریک ولادت باسعادت حضرت معصومه(س) و با این درخواست همیشگی از شما خوانندگان عزیز که در همه ارتباطات کتبی یا اینترنتی و تلگرامی از ذکر نام، نشانی و بویژه شهر و دیار خویش دریغ نفرمایید.

***

*** حسین مستعلی زاده ـ بردسیر**

مطلب خوبی در مورد حق الناس برایم فرستادید که در آینده نزدیک به دست چاپ خواهیم سپرد. برای شما آرزوی توفیق و سربلندی دارم. موفق باشید.

*** غلامعلی چریکی ـ گچساران**

از ابراز لطف شما خواننده قدیمی و دیرپای مجله سپاسگزارم. یکی از مطالب ارسالی شما در شماره آینده منتشر خواهد شد. مطالب دیگرتان هم در نوبت چاپ قرار دارد. موفق باشید.

*** عباس توکلی شهمیرزادی ـ قائمشهر**

مطلب شما را به بخش ورزشی تحویل می‌دهم تا در صورت تناسب در آن بخش تمام یا قسمتی از آن مورد استفاده قرار گیرد. برای شما خواننده قدیمی مجله آرزوی توفیق دارم

*** ساسان پورفلاح ـ ؟**

مطلب شما را در مورد زمزمه‌های افزایش قیمت بنزین خواندم. متاسفانه اجازه دهید تا با آن موافق نباشم. این که مردم در تنگنای اقتصادی به سر می‌برند و مشکلات معیشتی دارند حرف درستی است اما چاره کار ثابت ماندن قیمت بنزین و یا ارزانی آن نیست. اتفاقاً یکی از اشتباهات دولت در سالهای اخیر تثبیت نرخ ارز و بهای حاملهای انرژی بوده است که مشوق مصرف است در حالیکه ما نیازمند حمایت از تولید هستیم و باید به تولید سوبسید بدهیم و نه به مصرف. اگر تولید حمایت شود اشتغال افزایش پیدا می‌کند، بیکاری کم می‌شود و درآمد خانوار بالا می‌رود. و این سیاست خیلی بهتر از ارزان فروشی منابع انرژی است. مشکل اصلی جای دیگری است. ضمناً در مورد پیشنهادی که مطرح کردید با دوستان صحبت می‌کنیم که به جای چاپ مجدد پاورقی‌های قدیمی، پاورقی‌های جذاب دیگری که رضایت خوانندگان را فراهم بیاورد انتخاب کنند و برای مجله در نظر بگیرند. شاد باشید.

آنکه به بزرگتر احترام و به کوچکتر رحم نکند از ما نیست

● امام صادق(ع)

ایران و جهان

* مراسم غبارروبی مضجع شریف ثامن الحجج با حضور رهبر معظم انقلاب در مشهد انجام شد
* رئیس جمهوری: وقت حاشیه سازی نیست، باید به فکر آینده کشور باشیم
* جهانگیری: نمی گذاریم با جنجال آفرینی جلو جذب سرمایه خارجی را بگیرند
* وزارت خارجه ایران در پاسخ به بیانیه کاخ سفید: آمریکا زندانیان ایرانی را فوراً آزاد کند
* دکتر خرازی: خروج آمریکا از برجام خط قرمز ایران است
* امیر قطر طی نطق تلویزیونی: هرگز تسلیم فشارهای عربستان نمی شویم
* شمخانی وزیر دفاع: همه پرسی اقلیم کردستان موجب تضعیف عراق می شود
* چین برای جنگ با هند آماده شد
* آمریکا به حمایت از معارضان سوری پایان داد
* گولن: کودتای ۱۵ ژوییه کار اردوغان بود
* افشاگر سعودی: محمد بن سلمان (ولیعهد) این هفته شاه عربستان می شود
* واشنگتن: اقدامات رهبر کره شمالی عقلانی وبرای حفظ نظام خود است
* وزیر دفاع آمریکا: ابوبکر البغدادی زنده است
* دبیر کل سازمان ملل خواستار مذاکره مستقیم سئول با پیونگ یانگ شد
* آلمان خواستار قطع کمکهای اتحادیه اروپا به ترکیه شد
* نیویورکر: ترامپ در مسیر تقابل با ایران تنها مانده است
* پوتین راهبرد مقابله با سلطه طلبی دریایی آمریکا را ابلاغ کرد
* رهبر کره شمالی: تهدید ترامپ به حمله، بلوف سیاسی است
* کشور "روسیه کوچک" در شرق اوکراین اعلام استقلال کرد
* ارتش ونزوئلا به مادورو اعلام وفاداری کرد
* ارتش سوریه به حضور داعش در جنوب غربی رقّه پایان داد
* خبر افزایش حقوق مدیران شرکتهای دولتی تکذیب شد
* مقامات اطلاعاتی آمریکا: امارات آتش تنش میان عربستان و قطر را روشن کرد
* نمایندگان مجلس خواستار مقابله با پدیده فرار مغزها شدند
* ایران به اقدام دولت کویت در کاهش کادر دیپلماتیک دو کشور اعتراض کرد
* رئیس جمهور فیلیپین: هرگز به آمریکا سفر نخواهم کرد
* واشنگتن، سودان حامی تروریست را شریک آمریکا خواند

یک سالگی کودتا علیه اردوغان

رضا کیان

دقیقاً یک سال از کودتای نافرجام ترکیه گذشت. کودتایی که امّا و اگرهای بسیاری داشت و خیلی از مخالفان اردوغان آن را ساخته و پرداخته خود او می‌دانند. هیچ سندی وجود ندارد که ثابت کند اردوغان خود این کودتا را انجام داده است. درحالی که اسناد بسیاری وجود دارد که ثابت می کند واقعاً کودتایی انجام شده اما ناکام مانده است.

به ضرس قاطع می‌توان گفت که واقعاً کودتایی انجام شد و اتفاقاً کودتایی سخت هم بود، اما اولاً برنامه ریزی دقیقی نداشت، تنها هدف مشخص بود اما راه رسیدن به هدف مشخص نبود و گویا به نظر می‌رسید کودتاچیان با عدم اطمینان دست به کودتا زده بودند و دقیقاً از همین ناحیه بود که شکست خوردند و ضربه به آنها وارد شد و در آخر، در رسیدن به هدفشان ناکام ماندند. در حالی که به نظر می‌رسد از حمایتهای مختلف طرفهای خارجی، از کشورهای عربی به خصوص اعراب خلیج فارس گرفته تا اروپا و امریکا برخوردار بودند و به احتمال قوی در صورت پیروزی، فوراً از سوی آنها حمایت و به رسمیّت شناخته می‌شدند. به ویژه که جامعه جهانی از ترکیه اردوغان و شخص او دل خوشی ندارد و به نظر می‌رسد دنبال بهانه‌ای می گردد تا به او ضربه‌ای وارد کند.

در این میان عدّه‌ای بر این اعتقادند که اردوغان از انجام کودتا خبر داشته اما زمان آن را نمی‌دانسته برای همین خود را برای انجام چنین اتفاقی آماده کرده بود و برای همین توانست بر آن پیروز شود. اردوغان در طول دوران زمامداری‌اش توانسته بود، بخش مهمی از بدنه ارتش را به افرادی وفادار به خود تبدیل کند و انصافاً در این کار موفق بود. در عین حال نهاد امنیت و پلیس ترکیه را به شدت تقویت کرد تا آن جا که همان طور که در کودتای سال گذشته دیدیم، آن دو نهاد توانایی رقابت با ارتش را دارند و می‌توانند از پس توطئه‌های احتمالی آن برآیند.

عده‌ای نیز می‌گویند اردوغان از این که قرار است کودتایی انجام شود خبر داشته اما آن را زیر نظر گرفته و اجازه داده کودتا انجام شود اما چون از ابعاد آن خبر داشته توانسته آن را شکست دهد تا پس از آن سوار موج تحولات پس از کودتا شود و با مخالفانش تسویه حساب کند. این احتمال وجود دارد اما صرفاً در حد تحلیل است و هیچ سند مطمئنی که این مسأله را ثابت کند، در اختیار نیست. هیچ کس تا کنون نتوانسته سندی ارائه دهد که ثابت کند اردوغان از وقوع کودتا خبر داشته است.

اگر فرض را بر این بگذاریم که اردوغان از کودتا خبر نداشته است، از آن جا که کودتاچیان آن قدر بد عمل کردند، او توانست به سرعت و با اتخاذ تصمیمهای به موقع و صحیح بر موج سوار شود و آنها را شکست دهد و به تحولات روند عکس دهد و از کودتا و تحولات پس از آن به نفع خود نهایت استفاده را ببرد. وانگهی، کودتا

دولت افغانستان در بحران

دولت وحدت ملی افغانستان با چالشهای جدی از سوی مخالفین مسلح در نقاط مختلف کشور روبه رواست به حدی که در برخی نقاط حاکمیت نظام را زیر سؤال برده و از طرف دیگر مخالفین سیاسی فشارهای خود را روز به روز روی دولت افزایش می‌دهند و تشکّلات جدید سیاسی در مخالفت با دولت به وجود می آورند.

این در حالی است که هنوز مدت زیاد از تشکیل ائتلاف سه گانه احزاب جمعیت وحدت و جنبش به رهبری عطا محمد نور، استاندار استان بلخ، محمد محقق، معاون دوم عبدالله عبدالله، رئیس اجرائی و عبدالرشید دوستم، معاون اول رئیس جمهور غنی که در کشور ترکیه تشکّل خود را اعلام کرد، نگذشته است که یک حرکت سیاسی جدید به نام "محور مردم افغانستان" به عنوان اپوزیسیون حکومت موجودیت خود را اعلام کرد. اعضای این حرکت که رحمت الله نبیل، رئیس سابق امنیت ملی و رنگین دادفر سپنتا، مشاور سابق امنیت ملی و چندین تن دیگر از کابینه حکومت سابق افغانستان هستند، نظام کنونی کشور را غیرقانونی، نامشروع و پر از مشکلات دانستند. نبیل در این باره گفته است: "با هدف برون رفت کشور از مشکلات جاری این حرکت سیاسی را با مشورت سران خود آغاز کرده که فقط در جهت حفظ استقلال و تمامیّت ارضی، بازگشت به قانون اساسی، مشروعیت سیاسی، اجرای عدالت اجتماعی و قانون برگزاری انتخابات شفاف حرکت می کنند." به گفته او، این حرکت سیاسی با هدف به چالش کشیدن با سقوط نظام و سهم خواهی در نظام تشکیل نشده است.

رنگین دادفر سپنتا، مشاور سابق امنیت ملی افغانستان نیز گفته است: "سیاست خارجه دولت وحدت ملی نگران کننده است و باعث شده کشور فدای برخوردهای برخی کشورها شود." او حکومت را به خودخواهی و نقض قانون متهم کرد.

خواسته یا ناخواسته به مثابه هدیه‌ای آسمانی برای اردوغان عمل کرد.

روشن است که اردوغان از این کودتا نهایت بهره را برد تا با مخالفانش تسویه حساب کند. اردوغان، فتح الله گولن، روحانی خودخواسته در تبعید در پنسیلوانیای آمریکا را که رهبر جنبش فرهنگی - اجتماعی موسوم به خدمت است، مسئول کودتا اعلام کرده است. جنبشی که گفته می‌شود آن قدر بزرگ و پرنفوذ بوده که در تمامی ارکان کشور ترکیه از فرهنگ و جامعه و ورزش گرفته تا سیاست نفوذ داشته است. بسیاری می گویند نفوذ جنبش خدمت به گونه‌ای بوده که از میان آن ممکن بود کسی وزیر نشود اما در تعیین وزرا نقشی موثر ایفا می‌کرد. از این فراتر، در تعیین بسیاری از سفرا، قضات، نظامیان از رده‌های پایین تا عالی‌ترین رده، حتی معلم‌ها، رؤسای بیمارستانها، به خدمت گرفته شدن پزشکها و پرستاران، مربیهای ورزشی در رشته‌های مختلف، خلاصه در همه چیز نقشی موثر داشته است. برای همین هر کس که به نوعی با گولن ارتباط داشته باشد، دستگیر شده است. اما شدت برخورد با مخالفان آن قدر تند بوده که می‌توان گفت در این رابطه افراط فراوانی شده‌است. اردوغان برای حذف مخالفان، هر کس که مخالفش باشد را به هر بهانه‌ای مرتبط با جنبش گولن معرفی می کند.

در طول یک سالی که از وقوع کودتا گذشته ۱۶۹۱۳۳ نفر به اتهام دخالت داشتن با کودتا دستگیر شده اند



که شامل تمامی اقشار جامعه از ژنرالها و نظامیان رده بالا گرفته تا استادان دانشگاه، معلمها، روزنامه‌نگاران و حتی کارگران ساده ساختمانی را شامل می‌شود. یک روز بعد از سالگرد کودتا یعنی روز یکشنبه خبرگزاری آناتولی اعلام کرد مقامات ترکیه‌ای دستور بازداشت ۱۲۷ نفر را که به ارتباط با کودتای نافرجام سال ۲۰۱۶ ترکیه مظنون هستند، صادر کرده‌اند. آناتولی اواخر روز یکشنبه در گزارشی اعلام کرد ۱۱۵ نفر از مظنونین که شامل تجار، ماماها و خبرنگاران هستند در عملیاتی در استان "تکیرداغ" بازداشت شده‌اند. حجم گسترده دستگیریها ضمن این که سوءظنها را نسبت به اردوغان افزایش داده، انتقادها از وضعیت حقوق بشر در ترکیه بویژه نسبت به روزنامه نگاران، خبرنگاران، استادان دانشگاه و معلمها را افزایش داده است. در طول یک سال گذشته به کار ۱۶۰ رسانه خاتمه داده شده و تقریبا ۲۵۰۰ روزنامه نگار و سایر کارکنان رسانه‌ای شغل خود را از دست داده‌اند. بیشتر از ۱۳۰ روزنامه نگار به جرم دست داشتن در کودتا پشت میله‌های زندان هستند و ترکیه این روزها بیشتر از هر کشوری به زندان روزنامه نگاران تبدیل شده است. یک سوم از روزنامه نگاران زندانی در جهان، در زندانهای ترکیه حضور دارند.

در این بحبوحه بود که اردوغان رفراندوم تغییر قانون اساسی را هم برگزار و برای آن تبلیغ فراوان کرد و هر کس از آن انتقاد می کرد را آماج حملات خود قرار می‌داد و در نهایت توانست در آن پیروز شود. رفراندومی که به موجب آن اختیارات رئیس‌جمهور افزایش یافت و رئیس‌جمهور یعنی اردوغان به قدرت برتر و بلامنازع کشور تبدیل شد. پس می‌توان گفت کودتای سال گذشته، هر چه بود، اردوغان نهایت استفاده را از آن برد. اما سوالی که به قوّت خود باقی است، این است که آیا واقعاً این حجم از برخورد آن هم به این تندی لازم بود؟ اردوغان حکومت خود را به یک حکومت دیکتاتوری تبدیل کرده است. البته هنوز روند استبدادی او تکمیل نشده است، با وجود برخوردهای شدید، جامعه مدنی ترکیه همچنان پویا و فعال است، مخالفان به صراحت حرف خود را می‌زنند و کار خود را پیش می‌برند و احزاب مخالف همچنان آزادانه فعال هستند. اما اردوغان تا کجا می‌خواهد پیش برود؟ آیا واقعاً فکر می کند کسی جلودارش نیست و راه برای ترک تازی و خودمحوری‌اش باز است؟ ■

عطا محمد نور، استاندار استان بلخ نیز در یک کنفرانس خبری ضمن انتقاد از دولت وحدت ملی و تاکید بر ائتلاف سه گانه که در ترکیه تشکیل شده است و به بزودی در افغانستان اعلام خواهد شد، گفت که حزبش (جمعیت) همراه با متحدانش (جنبش و وحدت) در مقابل توطئه بزرگ درباره حملات انتحاری بویژه حملات انتحاری که در مراسم تشییع جنازه فرزند معاون مجلس سنای افغانستان صورت گرفت، سکوت نمی کند. او ضمن انتقاد از عبدالله عبدالله، رئیس اجرائی دولت افغانستان ادامه داد: "او به عنوان عضو شورای امنیت ملی نتوانست از آن دسته از مردم که در انتخابات ریاست جمهوری به او رأی داده‌اند، محافظت کند." استاندار استان بلخ همچنین با انتقاد از اظهارات سفیر آمریکا در کابل گفت: "هیچ کشوری حق ندارد در امور داخلی افغانستان دخالت کند."

سفیر آمریکا در کابل بعد از اعلام تشکیل ائتلاف سه گانه در ترکیه اعلام کرده بود که قوه قضائیه افغانستان نباید درباره پرونده عبدالرشید دوستم، معاون اول رئیس‌جمهور غنی در خصوص اتهام تجاوز جنسی به استاندار سابق جوزجان ساکت بماند. ناگفته نماند ائتلاف سه گانه بعد از اعلام موجودیّت از رئیس‌جمهور اشرف غنی به خاطر پیروی کورکورانه از سیاستهای آمریکا انتقاد کرده بود.



ائتلاف سه گانه بعد از اعلام موجودیّت از رئیس‌جمهور اشرف غنی به خاطر پیروی کورکورانه از سیاستهای آمریکا انتقاد کرده بود.

وحیدمژده کارشناس امور افغانستان می‌گوید: "دولت افغانستان هم از نظر نظامی و هم از نظر سیاسی شدیداً تحت فشار قرار دارد و این قدر ضعیف است که اصلاً هیچ جای کشور حاکمیت این حکومت دیده نمی‌شود." به گفته او طالبان در اکثر نقاط افغانستان مناطقی را تحت کنترل دارد و حاکمیت دولت را زیر سؤال برده‌اند. مخالفان سیاسی حتی آنهایی که در بدنه حکومت حضور دارند، همچون ژنرال دوستم، معاون اول رئیس‌جمهور، محقق، معاون دوم رئیس اجرائی، عطا محمد نور، استاندار استان بلخ یا رحمت الله نبیل و رنگین دادپر سپنتا به خاطر سیاستهای غلط و تابع آمریکا، منتقدانه دست به تشکیل ائتلافهایی زده‌اند...

اگر این وضعیت به این شکل به پیش برود و دولت به ایجاد اصلاحات و حاکمیت جدّی و مستقل در کشور فکر نکند، احتمال یک آنارشی تمام عیار در افغانستان می‌رود که چنین وضعیتی مطلوب سیاستهای آمریکا است. ■

در عجبم از انسان که کوه را می شکافد تا به معدن جواهر برسد، ولی خویش را نمی کاود

● خواجه عبدالله انصاری

کیان فولادی
kianfulladi@yahoo.com

غصه‌های شهردار آینده: "پول و قدرت"

اعضای جدید شورای شهر تهران به شدت به دنبال انجام اولین وظیفه قانونی خود و انتخاب شهردار آینده هستند و رئیس‌جمهور هم به ایشان توصیه کرده که شهردار سیاسی انتخاب نکنید. آنچه از حرفهای اعضای این شورا می‌توان فهمید اینکه ساز و کار پیدا کردن شهردار تهران این بوده که هر عضو، نام سه نفر را طرح کرده و از میان این افراد کسانی که بیشترین تعداد رای را داشته‌اند در آخرین فهرست برای گزینش نهایی شهردار باقی مانده‌اند. چند نفر هم در این فهرست بودند و انصراف دادند و آنها که همچنان در این فهرست باقی مانده‌اند، اتفاقا افرادی هستند که سابقه سیاسی ایشان دست کم در سالهای اخیر پررنگ‌تر از فعالیتهای اجرایی آنهاست.

اینکه رئیس‌جمهور اصرار دارند که چهره‌ای سیاسی مسئولیت شهرداری تهران را به دوش نگیرد از سوی ایشان چندان توضیح داده نشد و اینکه از کجا می‌توان فهمید، شخصی سیاسی نیست. آیا زمانی که اکثریت قاطع شرکت کنندگان در انتخابات شورای شهر تهران، از میان فهرستهای انتخاباتی که از سوی گروههای سیاسی با تمایلات و گرایشات سیاسی معلوم، به تمام اعضای یک فهرست رای داده‌اند و حتی یک نفر از بیرون این فهرست ـ با وجودی که افراد لایق و مشهوری بودند ـ نتوانست رای اکثریت را به خود جلب کند، شورای شهر چگونه می‌تواند به این رفتار سیاسی رای دهندگان بی‌اعتنایی کند؟ دلواپسی آقای رئیس‌جمهور البته شاید این باشد که شهرداری که سابقه و رنگ سیاسی ندارد، کمتر درگیر رقابتها و مسابقات سیاسی می‌شود و فرصت و توان بهتری برای رسیدن به امور شهر دارد و این البته حرف چندان نادرستی هم نیست. ولی سابقه اداره شهر تهران نشان می‌دهد که اولین و مهمترین توصیه رئیس دستگاه اجرایی به اعضای شورای شهر، می‌توانست توصیه‌ای کاربردی‌تر و اثرگذارتر باشد. چرا که اولاً افرادی که سابقه و چهره سیاسی ندارند، اصولا در معادلات و معاملات و تصمیم گیریهای کلان به بازی گرفته نمی‌شوند و گردشی در فهرست مدیران امروز ایران نشان می‌دهد که تقریباً تمام آنها با کمترین استثنا دارای جایگاهی سیاسی بوده و هستند.

دوم اینکه شهرداران قبلی تهران از یک نکته غافل مانده و از یک نکته همیشه ناله کرده‌اند که چرا مدیریت شهر تهران یکپارچه نیست و اختیارات چندانی ندارد تا بتواند تصمیمات و تغییرات بزرگی را ایجاد کند. و رئیس‌جمهور و دولت بهترین کسانی هستند که می‌توانند با تصمیم خود از دامنه اختیارات و میدان مدیریت خود کم کنند و آنها را به شهرداری بسپارند که اگر اختیارات بیشتری داشته باشد می‌توان کارهای بزرگ را از ایشان خواست و مطالبه کرد. کارهایی مثل حل ماجرای ترافیک تهران یا آلودگی هوای آن، بویژه که در این دوره شهردار حتماً کسی خواهد بود که از گروه سیاسی بسیار نزدیک به رئیس‌جمهور و دوستانش انتخاب خواهد شد و به طور طبیعی، رئیس‌جمهور کابینه، از اینکه کسی از دوستانش، با اختیارات بیشتر، شهر را اداره کند، دلگیر نخواهند بود. غفلت شهرداران اما همیشه از این بود که درآمدهای پایدار و سالم برای شهر تهران بسازند و شهر را با فروش زمین

زورآزمایی "موتور" و "شهردار"

شهرداری تهران در آخرین دوره از مدیریت فعلی و شهرداری که دوازده سال بر این صندلی تکیه کرده بود، ناگهان تصمیم گرفته که برای بیش از پنج میلیون موتورسیکلتی که به گفته مدیران شهری تهران، در این شهر رفت و آمد می‌کنند، آرم طرح ترافیک طراحی کند و همانطور که خودروهای سواری اجازه آمد و شد آزاد به محدوده طرح ترافیک را ندارند، موتورسیکلتها را هم در این محدودیت شریک کند تا هم آلودگی کمتری به این بخش از شهر وارد شود و هم ترافیک کمتری در خیابانهایش احساس شود. محدودیتی که در شرایط امروز تهران، بسیار ضروری به نظر می‌رسد و سوال این است که چرا این محدودیت باید در آخرین روزهای کاری شهردار قبل، طرح شود و به اجرا برسد؟ ظاهرا باز هم پای سیاست در میان است و مدیران در حال خداحافظی می‌دانسته‌اند که اجرای این محدودیت مفید، برخی شهروندان و صاحبان موتورسیکلتها را دلگیر خواهد کرد و نخواسته‌اند که این دلخوری در دوره مدیریت ایشان ایجاد شود تا شاید در انتخابات آینده، شرایط بهتری داشته باشند!

فارغ از زمان اجرای این طرح که شایسته بود بسیار زودتر اجرا می‌شد، یک مسأله آزاردهنده برای عملی شدن این ممنوعیت وجود دارد، اینکه پشت چراغ قرمزهای داخل طرح ترافیک تهران، این روزها چند خودرو دیده می‌شود و تعداد بسیار بیشتری موتورسیکلت. صاحبان این موتورها که بخشی از کار یا درآمد خود را بر روی این موتورها سوار کرده‌اند، با این محدودیت که به احتمال فراوان مانند طرح

وعده وقت وداع

سالها گذشت و میلیونها شهروند تهران، میلیاردها تومان به پارکبانهایی که کنار خیابان می‌ایستادند پرداخت کردند و چند روز قبل، معاون شهردار تهران رو به تمام دوربینهای صدا و سیما، با افتخار و جدّیت می‌گوید، هیچ پرداختی به پارکبانها قانونی نیست و از آنجا که تا چند هفته دیگر، این معاون و عزیز دیگر در این سمت نخواهد بود، هیچ کس هم نیست تا به مردم بگوید، این میلیاردها تومان پرداخت شده که غیرقانونی به جیب پارکبانها رفته را چگونه باید جبران کرد. این معاون عزیز در تمام این سالها آیا حضور این افراد را در کنار خیابانها احساس نکرده بود یا گزارشی درباره ایشان دریافت نکرده بود که ناگهان در آخرین ساعتهای کاری خود، برای آنکه نام نیکی از خود بر جای بگذارد، به مردم وعده می‌دهد که می‌توانند از این پس هیچ پولی به پارکبانها پرداخت نکنند؟ کل مبلغی که هر صاحب خودرو در هر بار پارک کردن و در این سالها به این عده پرداخت کرده بود، چندان عدد بزرگی نیست ولی زشتی و آزاری که این

و آسمانش اداره نکنند. فروش آسمان و زمین تهران، همیشه آسانترین و پردرآمدترین روش برای پر کردن جیب شهرداری بوده و بیشترین ضرر را هم به مردم این شهر وارد کرده و خیابانها و کوچه‌های بدقواره و متراکم و بی‌تناسب را برای تهران به ارمغان آورده است و رئیس‌جمهور و وزرای دولت، اتفاقاً می‌توانند با کم کردن از اختیارات خود و افزودن به قدرت شهرداری، باعث ایجاد قدرت و درآمد برای شهرداری تهران باشند. ضمن اینکه سهمی از درآمدهای دولت را می‌توان به شهرداری اختصاص داد و اگر روزی شهرداری تهران تصمیم گرفت برای اداره بهتر شهر، از تمام کسانی که از دروازه‌های تهران به داخل می‌آیند عوارض بگیرد یا تمام وزارتخانه‌ها و شرکتهای دولتی را اجبار به پرداخت عوارض حضور در تهران کند گلایه نکرد.

زوج و فرد خودروها، گریبان نیمی از آنها را خواهد گرفت، چه خواهند کرد؟ آیا این مالکان به این فکر نخواهند افتاد که با چند صد هزار تومان، موتورسیکلتی دیگر با شماره پلاکی دیگر تهیه کنند و به این وسیله باز هم در تمام طول هفته به کار و درآمد خود برسند!واگر چنین نشود، آن مسافران و بارهایی که بر دوش این موتورسیکلتها، حمل می‌شد، با خانه نشین شدن آنها، بر دوش کدام وسیله دیگر سنگینی خواهد کرد؟

بی‌قانونی بزرگ و ادامه دار در ذهن شهروندان تهران به جای گذاشته از خسارت میلیاردی پرداخت به پارکبانها، سنگین تر است و نشان از موارد مشابهی دارد که به احتمال فراوان در سالهای گذشته اتفاق افتاده و البته تا این اندازه عیان و آشکار نبوده که همگان، چهره زشتش را از نزدیک دیده باشند.

قطره‌ای از دریای زبان و ادب پارسی

مصطفی گلیاری

اسرار مگو را به بچه‌ات بگو!

ادامه قطره قبل

حیاتکم فی القصاص یعنی قانون در برابر ظالم و مهاجم و حق کُش از تو حمایت می کند. وقتی یک نفر گردن کلفت و خفت گیر باشد، زور من و تو به او نمی رسد و اینجا قانون است که به کمک می آید و برای ترساندن و محدود کردن آزار رسانندگان، مجازاتهایی تعیین می کند. برای مثال اگر کسی اسید بپاشد، قانون روی او اسید می پاشد و فرموده **وَلَکُم فی القصاصِ حَیاهٌ یا اُولی الألبابِ لَعَلّکم تتّقون**. و در سوره عزیز مائده هم فرموده: و مقرر کردیم بر ایشان [در تورات] جان در برابر جان و چشم در برابر چشم و بینی در برابر بینی و گوش در برابر گوش و دندان در برابر دندان... در این سوره می بینیم که قبل از اسلام در ادیان ابراهیمی مثل یهودی و مسیحی هم قصاص بوده زیرا چنین قانونی برای جوامعی که افرادی افسار گسیخته دارد، از ضروریات است تا افراد ناهنجار و مهاجم هوای کار را داشته باشند. در جامعه‌ای که تا دو تا ماشین با هم تصادف می کنند، قمه می کشند، تا عصبانی و غیرتی و حسود می شوند، اسید می پاشند، تا وسوسه می شوند، آتنا می دزدند، تا از دست زنشان ناراحت می شوند، او را می زنند، قصاص باید الزامی باشد و نباید به مجرم رحم کرد [در حد جرمش]. در خبری خواندم که در کانادا یک آدم مهاجم، آتنای آنها را دزدیده بود. تمام رسانه‌های تلویزیونی و رادیویی و چاپی و غیرچاپی پوشش خبری زنده داشتند. چون وقتی کسی به کسی تهاجم کند، آن تهاجم را به کل جامعه قلمداد می کنند و دیگر شاکی خصوصی بی معنی است. علتش این نیست که آنها دین بهتری دارند یا دین ما ناقص است. مسلماً هر دینی که بعد از دین دیگر می آید، کاملتر است. علتش ضعف قانون، ضعف آموزش، ضعف نگرش مردم به جرم و سهل انگاری تلویزیون در آموزش است. هفته پیش از قول یکی از استادان جامعه شناسی شنیدم پدری پسرش را از کودکی ایذاء و اذیت می کرده و تا پانزده سالگی ادامه داشته. تصور پسر این بوده که چون برای مثال درسش خوب نیست، پدر با این کار دارد او را تنبیه می کند و نمی دانست اصل جریان چیست. استاد می گفت "چرا یک بچه نباید بداند این کار تنبیه نیست و چیز دیگری است؟" وقتی که خودم سرپرست بسیج عشایری کرمانشاه بودم، مرد سن بالا و تنومندی که به خاطر خانواده محترمش فامیلش را نمی گویم، بیش از صد نوجوان را آزار و اذیت کرده بود و هیچ یک از آن بچه‌ها به خانواده خود نگفته بودند که آن مردک چه کارشان می کند. آن وسط تصادفی فهمیدیم جریان چیست. تا برویم و بگیریمش، به کوه زد و به عراق گریخت.

سؤال: چرا آن بچه‌ها سکوت کرده بودند؟ چون پدر و مادر و مربی هایشان هیچ آموزشی به آنها نداده بودند. و بچه هم که اطلاعات غریزی کمی داشت، به این نتیجه رسیده بود که اگر راز را فاش کند، پدرش پدر او را در می آورد و پوستش را قلفتی می کند. معمولاً افراد بیماری که با بچه‌ها از این جور کارها می کنند، هر بار پس از گرفتن پایان کار، بچه را تهدید می کنند که اگر سر و صدا کنی، به پدرت می گویم. و آن بچه بیچاره خودش را گناهکار می داند و راز آن تجاوز را قورت می دهد. اگر مردی در کوچه جلو دختربچه‌ای را بگیرد و لُپ او را بکشد یا به اندامهای خصوصی او دست بزند، دختربچه آن راز را قایم می کند چون مطمئن است اگر برود به پدرش بگوید فلان مرد چنین و چنان کرد، پدرش تازیانه می آورد و بچه را کبود می کند. مثل وقتهایی که کسی زنی زیبا دارد و در خیابان مردی به زنش نگاه می کند و متلکی می پراند. شوهر از زنش خشمگین می شود که تو خودت یک جوری هستی که مردها نگات می کنن! اینجا هم برخی از زنها از مزاحمتهای مردهای بیمار چیزی به شوهر نمی گویند تا سرزنش نشوند. خانمی به من می گفت مردی از آشناها بدجور مزاحمش بود تا جایی که آن مرد به خواهر خودش مأموریت داد آن زن را سوار کند و یک راست به حیاط خانه بیاورد. در آنجا زن مقاومت می کند و آن مرد کتک خیلی مفصلی به او می زند و آخرش همسایه‌ای باخبر می شود و زن می تواند عفّتش را بردارد و فرار کند. او از ترس شوهرش یک کلمه نگفت و گفت کبودی ها و شکستگی دندانم مال این است که خوردم زمین. وظیفه شوهر این است که از زن و بچه‌اش حمایت کند نه اینکه اگر مردی به زنش حمله کرد، خودش هم به زنش حمله کند. اگر به مردم از کودکی آموزش ندهیم که در برابر مردهای بیمار جنسی چه رفتاری داشته باشند، همین می شود که کسی می تواند مثل خفاش شب در شهر بگردد و زنان و بچه‌ها را اذیت کند. اولین آموزش این است که بفهمانیم مهاجم مقصر است نه زن و بچه‌ای که مورد آزار و اذیت قرار گرفته. در کودکی خودم بارها می شنیدم که به زنی و حتی به مردی آزار و اذیت رسانده بودند و آنها برای اینکه آبرویشان نرود، خود را کشتند. اگر آموزش دیده بودند که این داستان ربطی به آبروی خودت ندارد، همینکه اذیت می دیدند، به خانواده اعلام می کردند.

ما تقریباً به بچه‌ها (پسر و دختر) یاد نداده‌ایم که در شرایط بحرانی چه کنند. یاد نداده‌ایم وارد دکان خلوت نشوند. یاد نداده‌ایم اگر کسی به آنها چپ نگاه کرد، زود به بزرگترها خبر بدهند. یاد نداده‌ایم که بچه عزیزم اندام تو چهار عضو خصوصی دارد و غیر از مادرت کسی نباید به آنها دست بزند. بچه فکر می کند وقتی عمو (به هر مردی می گویند عمو) به بدن او دست زد، آن عمو دارد محبت می کند و یادش نداده‌اند زیرکانه بگریزد. شاید فکر کنید که آدمهای تحصیلکرده و فرهنگی به بچه‌های خود آموزشهای جنسی می دهند و بی سوادها آموزش نمی دهند. اشتباه می کنید و این ربطی به سواد و تحصیلات ندارد. موضوعهای جنسی و جنسیتی در جامعه ما تابو هستند و حتی آن آقای با کلاس هم ممکن است گرفتار همین تابوها باشد. چند روز پیش نوجوانی به من گفت رفتاری پرخطر داشته. و نمی دانست اچ.آی.وی چیست و از چه راههایی انتقال می یابد. چرا نمی دانست؟ چون کلمه ایدز تابوست و هنوز در خیلی از خانه‌ها اجازه نمی دهند کسی این کلمه را به زبان بیاورد چه برسد به اینکه او را آموزش بدهند.

آیا شما زبان آموزش‌های جنسی را بلدید و آیا تا کنون به بچه خود آموزش داده‌اید؟

ادامه دارد

برای کسی که اندیشهٔ دوری از خشونت دارد، تمام عالم یک خانواده است ● ماهاتما گاندی



زیرنظر: محمود صفادار

آبشار لاملیچ

آبشار لاملیچ در استان گلستان و در منطقه لاملیچ و جنوب روستای سرکلاته (خراب شهر) واقع شده است. این روستا در ۳۰ کیلومتری غرب گرگان در مسیر جاده تهران و در حاشیه جنگل قرار دارد. آبشار به ارتفاع ۸۱ متر از یک مکان بلند به کف دره می‌ریزد و چون در محل ریزش از بین درختان ملیچ که گاهی ملیج و ملچ هم گفته می‌شود می‌گذرد، به لاملیچ شهرت یافته است. مسیر شیب نسبتا تندی دارد و ۴ الی ۵ ساعت از روستا تا آبشار فاصله است. دیواره رودخانه مسیر که در بعضی از قسمتها ارتفاع آن به ۲۰ متر و بیشتر می‌رسد پوشیده از درختان بلند افرا و بوته‌های گیاه همیشه سبز چلم است. در ادامه آبشار کوچکتری قرار دارد که مسیر آن با مسیر آبشار بزرگ دارای انحراف است و در صورت بازدید از آن باید مجدداً به مسیر بازگشت و ادامه راه داد. ادامه مسیر تا آبشار اصلی نیاز به فرود فنی و تجهیزات دارد. لازم به ذکر است که به دلیل انبوه بودن جنگل این مسیر به راهنما نیاز دارد.





درباره روی جلد

محمد علی بهوند یوسفی - رامهرمز

قلعه رودخان، کهن‌ترین دژ نظامی گیلان

قلعه رودخان میراث مهمی است از دژهای نظامی حکومتی در گیلان.

این قلعه مهم تاریخی که مدتها مرکز فرمانروایان گیلان بوده از بزرگترین و با عظمت‌ترین دژهای نظامی گیلان و حتی ایران محسوب می‌شود.

قلعه رودخان در فاصله ۲۰ کیلومتری جنوب غربی فومن و مساحت قلعه بیش از ۵۰ هزار مترمربع و درارتفاعی بیش از ۶۰۰ متر دربلندترین نقطه کوه واقع شده است.

برخی از کارشناسان بنیاد قلعه را به دوره ساسانیان نسبت داده‌اند. این قلعه در زمان سلجوقیان در قرن ۵ و ۶ هجری قمری تجدید بنا شده و از پایگاههای مبارزاتی اسماعیلیان به شمار می‌رفته است. ۴۰ برج دیده‌بانی، دور تا دور قلعه را احاطه کرده که اتاقهای هشت ضلعی آن، با طاقهای رومی گنبدی پوشیده شده است. دور تادور دیوارها و برجها روزنه‌هایی دیده می‌شود که شیب آن به بیرون قلعه و برای ریختن مواد مذاب و تیراندازی تعبیه شده است. در کل تاریخ قلعه، هیچگاه دشمن به آن نفوذ نکرده و نتوانسته آن را فتح کند که خود نشان‌دهنده مهارت و فن‌آوری معماران بنا چه از لحاظ علوم نظامی و چه از لحاظ معماری است. بخش شرقی قلعه شامل دوازده‌ورودی، زندان، دراضطراری، حمام و آبریزگاه و همچنین چند واحد مسکونی؛ و بخش غربی دارای دوازده ورودی، چشمه، حوض، آب انبار، سردخانه، حمام، آبریزگاه، شاه‌نشین و چند واحد مسکونی که با برج و بارو محصور شده است. با توجه به اینکه شهر فومن دوران طولانی مرکز حکومت گیلان، پس از خاندان اسحاقوند بوده، اهمیت قلعه بیش از پیش قابل توجه است. کتیبه‌ای که متعلق به این قلعه است و هم اکنون در گنجینه رشت نگهداری می‌شود، حاکی از آن است که برای اولین بار در سال ۹۱۸ هجری (۱۳-۱۵۱۲ میلادی) تا ۹۲۱ هجری (۱۶-۱۵۱۵ میلادی) به فرمان "سلطان حسام‌الدین امیر دباج بن امیر علاءالدین اسحقی"، مرمت شده است، از این رو به قلعه حسامی نیز شهرت دارد. این قلعه از دو بخش ارگ (محل زندگی پادشاه و حرمسرای وی) و قورخانه (محل فعالیتهای نظامی و زندگی سربازان) تشکیل شده است. قراول‌خانه‌ها در قسمت شرقی به صورت دو طبقه با نورگیرها و روزنه‌های متعدد بر محیط اطراف مسلط است. چشمه‌ای نیز در میان قلعه و گودترین محل آن وجود دارد.

کاروانسرای زیرو

کاروانسرای زیرو که به آن زیر آب نیز گفته می‌شود، با قدمت دوره صفویه در نزدیکی روستای مغستان از توابع شهرستان اردکان، در استان یزد قرار دارد. کاروانسرای زیرو با کاروانسراهای خرگوشی و یغمیش از کاروانسراهای معروف اردکان هستند. سازه و حتی روپوشها و سقف کاروانسرای زیرو عمدتاً از قلوه‌سنگ ساخته شده است. سبک معماری بنا، یکی از نشانه‌هایی است که اکثر کارشناسان معماری برای تاریخ‌گذاری روی یک بنا به آن استدلال می‌کنند.. سبک کاروانسراهای دوران صفوی از یک نوع نقشه در مناطق مرکزی ایران تبعیّت می‌کرده و آن سبک چهارایوانی اصفهانی بوده است؛ ولی کاروانسرای زیرو از سبک تک ایوانی با حیاط مرکزی تبعیّت می‌کند. این کاروانسرا در قسمتهای شمالی، جنوبی و شرقی در میانه ضلع خود، رواقی بزرگتر دارد، ولی از ایوان غربی که همان ورودی است، کوتاهتر و کم عمق‌تر است. نوع قوسها با قوسهای رایج در کاروانسراهای سبک اصفهانی متفاوت بوده، قوسها تیزه‌دار ولی تندتر و پای طاقها بلندتر و ایوان ورودی رفیع ساخته شده است. ورودی شترخوانها از دو ضلع جنوبی و شمالی است و برای رسیدن به دو شترخوان که در دو ضلع غربی و شرقی قرار دارد باید از میان دو اتاق گذشت. کاروانسرای زیرو در سال ۱۳۸۶ توسط سازمان میراث فرهنگی با شماره ۱۹۹۰۶ در فهرست آثار ملی ایران به ثبت رسید.





قلعه یزدگرد

دالاهو، بر فراز یکی از بلندترین قله‌هایش دژی دارد به یادگار مانده از ایران باستان که از زیباترین نقاط باستانی کشور محسوب می‌شود. هنگامی که از شرق روستای بان‌زرده در منطقه ریجاب استان کرمانشاه به سوی کوههای سر به فلک کشیده دالاهو پیش می‌روی، پس از طی جنگلهای سرسبز بلوط و کمی کوه‌پیمایی در هوای تازه و فرحبخش کوهستان و گذر از چند قله کوچک مجموعه قلعه یزدگرد را می‌بینی که مسلط و مقتدر، دشت ریجاب را زیر پای خود دارد. قلعه یزدگرد که افسانه‌های بی‌شماری را در ذهن اهالی دالاهو نقش داده، از آنجا نامگذاری شد که مردمان این خطه باور کردند که یزدگرد و دخترش شهربانو که بنا به اعتقاداتی بعدها به همسری امام حسین(ع) درآمد پس از حمله اعراب در این قلعه مأمن گرفته‌اند. بر اساس اولین تحقیقات و کاوشهای باستان‌شناسی در این منطقه، زمان ساخت این مجموعه به دوره ساسانی نسبت داده شده، اما کاوشهای بعدی نشان داد که بسیاری از بناهای این محوطه دست‌ساخت اشکانیان است. مجموعه قلعه یزدگرد که از شمال غرب با پرتگاه تندی به جلگه ذهاب و از شمال و شرق به صخره‌های پلکانی دالاهو محدود می‌شود با وسعت تقریبی ۴۰ کیلومترمربع یکی از مستحکم‌ترین قلعه‌های ساخته شده در ایران است. حصارکشی اطراف آن، محصور بودن از سه طرف توسط موقعیت طبیعی و دیده‌بانی قوی قلعه، دسترسی دشمنان را به آن غیرممکن می‌ساخته است. مجموعه قلعه یزدگرد با اینکه از نظر معماری و ارزشهای تاریخی و طبیعت بکر منطقه از اهمیت خاصی برخوردار است، اما آنچنان که شایسته است معرفی نشده به طوری که تعداد زیادی از کرمانشاهیان از وجود آن یا آگاه نیستند یا اطلاعات کمی در مورد آن دارند. این قلعه جزء بناهای ملی ما و از اماکن کم‌نظیر و جذاب برای علاقه‌مندان به تاریخ و فرهنگ این مرز و بوم است.





ماجراهای واقعی خارجی

maryanikpour@gmail.com
مترجم: مریم نیک پور



عشق از راه دور

رابطه زناشویی هرچقدر عمیقتر و عاشقانه‌تر باشد باز هم به مراقبت نیاز دارد و اگر از این مهم غافل شویم وقتی به خودمان می‌آییم که خیلی چیزها جای یک رابطه قشنگ و عاشقانه را پر کرده. ماجرای واقعی این هفته داستان زن جوانی است که مدتی از همسر و عشقش دور ماند و این دوری به رابطه آنها آسیب زد اما تلنگری بار دیگر احساس خفته بین آن دو را زنده کرد.

کلاسم تمام شد و خسته به خانه رسیدم. شوهرم پشت میز آشپزخانه نشسته بود و قهوه می‌نوشید. تا سلام کردم گفت: "باهام تماس گرفتن و گفتن می‌تونم مشغول کار بشم." ... خستگی به تنم ماند. با صدایی که گویی فقط خودم می‌شنیدم جواب دادم: "خب حالا چی میشه؟"

دو هفته قبل، همسرم **ایان** برای مصاحبه کاری به شیکاگو رفته بود. یک انتشاراتی مهم و معتبر می‌خواست سوپروایزر جدید استخدام کند و مدرک مهندسی کامپیوتر و طراحی همراه با تجربه درخشان ایان به یاری‌اش شتافته بود و در مراحل مصاحبه خوش درخشیده بود.

بدون اینکه منتظر پاسخ ایان بمانم کتابها را روی پیشخان آشپزخانه رها کردم و ادامه دادم:

"پس میری شیکاگو." ایان پرسید: "تو چی؟" لبخند زدم و گفتم: "من خوبم. چهار ماه دیگه کلاسم تموم میشه اونوقت میام پیشت."

من و ایان با هم در دانشگاه درس می‌خواندیم اما برای اینکه باری از دوش زندگی بردارم انصراف دادم. قرار شد اول ایان درس بخواند و مشغول کار شود بعد من مشغول شوم. ایان کمی بعد از فارغ‌التحصیلی در اولین شرکت مشغول کار شد. حالا نوبت من بود. بار دیگر به دانشگاه رفتم و با علاقه و جدیت بیشتر درسم را ادامه دادم.

صدای ایان من را از فکر و خیال بیرون آورد: "**مطمئنی می‌تونی تنهایی از پسش بربیای؟**" برای خودم قهوه درست کردم و بدون اینکه به ایان نگاه کنم جواب دادم: "تا حالا چندبار این بحث رو کردیم و درباره‌ش حرف زدیم. به نظرت دیگه بی‌فایده نیست؟ تو بهتره به کار جدیدت فکر کنی، من خودم می‌تونم تنها از پس مشکلات اینجا بربیام."

اما نمی‌دانم چرا این حرفها را با ناراحتی به زبان می‌آوردم. شاید از ته دل از رفتن ایان و تنها ماندن خوشحال نبودم. آری، دلم می‌خواست همسرم کنارم باشد با اینکه می‌دانستم تا چند ماه دیگر درسم تمام می‌شود و می‌توانیم با هم باشیم. ایان انگشتهایش را لابه‌لای موهای قهوه‌ای و صافش فرو برد و گفت: "پس من باهاشون تماس می‌گیرم و اطلاع میدم که تا دو هفته دیگه کار رو شروع می‌کنم." واکنشی نشان ندادم. ناچار لبخند زدم و همین‌طور ساکت نشستم. ایان ادامه داد: "چرا امشب رو جشن نگیریم؟" دستپاچه و نگران گفتم: "لطفا امشب نه! باید تا صبح یه مقاله ۱۲ صفحه‌ای آماده کنم." ایان با ناراحتی گفت: "پس امشب هم تا صبح بیداری؟" گفتم: "اگر مجبورم باشم حتما."

ایان در حالی که از آشپزخانه بیرون می‌رفت گفت: "می‌خوام برا خودم پیتزا سفارش بدم، تو هم می‌خوری؟" سرم را تکان دادم و گفتم:

"**چند تا نوشابه هم سفارش بده. امشب برای بیدار موندن به قندش نیاز دارم.**"

فوری کتابها و لپ‌تاپم را روی میز پهن کردم و مشغول شدم. از ایان عصبانی بودم. از وقتی ازدواج کرده بودیم فقط چند شب انگشت‌شمار تا صبح بیدار بودم و درس می‌خواندم اما ایان جوری حرف می‌زد که انگار همیشه از او و زندگیمان گذشته بودم. خوب حس می‌کردم که از آن عشق و علاقه اول ازدواج دیگر خبری نبود. ایان به من سرد شده بود و تمام محبتش زورکی بود. باید ایان و حرفهایش را فراموش می‌کردم. نوشتن مقاله اولویت من بود. دوتا از کتابهایم را باز کردم و تند تند ورق زدم و یادداشت برداشتم.

کمی بعد پیتزا از راه رسید. ایان به آشپزخانه آمد و پرسید برایم بشقاب بیاورد یا پیتزا را همان‌طوری درون جعبه می‌خورم؟ کتابهایم را کمی کنار زدم و با دست اشاره کردم که همان جا روی میز بگذارد. ایان همین کار را کرد و با جعبه پیتزای خودش به اتاق نشیمن رفت و کمی بعد صدای تلویزیون آمد. نمی‌دانم غذایم را کی تمام کردم. حتی نمی‌دانم ایان شب‌بخیر گفت و خوابید یا نه. وقتی نخستین اشعه‌های خورشید از پنجره آشپزخانه داخل آمد، چندان تعجب نکردم. وقتی ساعت ایان زنگ زد، آخرین کلمه‌های مقاله‌ام را هم تایپ کرده بودم. ایان صبحانه خودش را آماده کرد و کمی بعد خداحافظی کرد و به محل کارش رفت. باعجله آماده شدم و درست چند ثانیه قبل از اینکه استاد زبان انگلیسی وارد کلاس شود، پشت میزم نشستم.

از حرفهای استاد چیز زیادی نفهمیدم. تمام مدت چرت می‌زدم و گیج خواب بودم. وقتی کلاس تمام شد به محل مخصوص استراحت رفتم. اما وقتی ساعتم زنگ زد، هنوز خواب‌آلود و گیج بودم و به‌سختی خودم را به کلاس بعدی رساندم.

دو هفته به سرعت برق و باد سپری شد و وقتی به خودم آمدم، عصر یکشنبه دم در ایستاده بودم و با ایان خداحافظی می‌کردم. ایان به شوخی گفت در این مدت فراموشش نکنم؛ من هم تاکید کردم که مراقب خودش باشد و آهسته رانندگی کند. تا ماشین ایان در خیابان ناپدید شد به آشپزخانه برگشتم و کتاب تاریخم را باز کردم. برای امتحان فردا باید دو فصل از کتاب را مطالعه می‌کردم. ایان آخر شب تلفن زد و گفت سالم رسیده. رئیس جدیدش هماهنگ کرده بود که ایان یک هفته در متلی نزدیک شرکت اقامت داشته باشد. به چند موسسه هم سپرده بود برایش یک آپارتمان مناسب پیدا کنند. ایان از جاده می‌گفت و من نگاه و فکرم پیش کتابم بود. کمی که گذشت، ایان که متوجه شده بود حواسم با او نیست، درباره آخرین جمله‌اش پرسید. اما جواب من به اولین حرفهای ایان مربوط می‌شد. ایان با دلخوری گفت بهتر است به بقیه درست برسی و بعد از یک خداحافظی کوتاه و سرد گوشی را گذاشت. تا دو ساعت بعد مشغول درس خواندن بودم و اصلاً به این فکر نکردم که همسرم با دلخوری تلفن را قطع کرده. اما به خودم دلداری دادم که حتماً ایان شوخی کرده. وسطهای هفته بعد دوباره زنگ زد. می‌خواست بگوید آپارتمان مبله‌ای را نزدیک شرکت اجاره کرده و با اینکه جای چندان بزرگ و شیکی نیست، فکر می‌کند برای شروع مناسب باشد. از شنیدن ویژگیهای آپارتمان حسابی عصبانی شدم و برآشفتم. قرار بود به زودی من هم در آن آپارتمان زندگی کنم ولی ایان به تنها چیزی که فکر نکرده بود، رفاه و آسایش من بود. ایان گفت از کار جدیدش راضی است و همکاران خوب و فوق‌العاده مهربانی دارد که از نظر روحی هم با هم تناسب دارند. گفت اتاقی به او داده‌اند که یک پنجره بزرگ دارد و خیلی دلباز و روشن است، همان چیزی

که همیشه آرزویش را داشته.

ایان همین طور حرف می‌زد و من مشغول خواندن زیرنویس مهم یکی از کتابهای درسی‌ام بودم. وقتی تعریف و تمجید ایان از محل کارش تمام شد از من پرسید اوضاع چطور است و آیا دلم برایش تنگ شده؟ کوشش کردم فکرم را از درس به ایان برگردانم. گفتم از رفتنش فقط یک هفته گذشته. شاید ایان انتظار شنیدن چنین حرفی را نداشت، ناراحت شد و گفت اگر درسم مهمتر است بهتر است بعداً با هم حرف بزنیم. من هم از خداخواسته خداحافظی کردم و گوشی را گذاشتم.

دوهفته بعد از شروع کار جدید، ایان به خانه برگشت تا تعطیلات کنار هم باشیم. سر راه غذای آماده خرید و در حالی که با من حرف می‌زد غذایش را خورد. ایان می‌گفت از اینکه در خانه و کنار من است و در اتاق خودش می‌خوابد خیلی خوشحال است. در کتاب دنبال یکی از سوالهای امتحان آن روز گشتم و بدون اینکه سرم را بلند کنم به ایان گفتم از خوشحالی‌اش، شادم و بهتر است از بودن در خانه لذت ببرد. ایان پرسید نمی‌خواهم یک شب به درس و دانشگاه فکر نکنم؟ جواب نه من آنقدر قاطعانه بود که دیگر حرفی نزد و به اتاق خواب رفت و خوابید.

فرداصبح هنوز خورشید طلوع نکرده بود که بیدار شدم تا کمی درس بخوانم. ایان چند ساعت بعد بیدار شد و با دیدن من، با تعجب پرسید تمام شب بیدار بوده‌ام؟

گفتم دوسه ساعت خوابیدم... بعد یخچال را نشان دادم که اگر صبحانه می‌خواهد منتظر من نماند و خودش چیزی بخورد.

یکشنبه غروب از راه رسید و ایان باید برمی‌گشت. قبل از رفتن، کلید آپارتمان جدیدش را به من داد و گفت خوشحال می‌شود اگر ببیند وقتی از شرکت برمی‌گردد من را بی‌خبر آنجا ببیند. کلید را کف دستم گذاشت، دستم را فشرد و گفت منتظر است هرچه زودتر از این کلید استفاده کنم. کلیدها را درون جیب شلوارم گذاشتم و زیر لب گفتم شوهرم چه دل خوشی دارد. بین این همه گرفتاری از من می‌خواهد سرزده به شیکاگو بروم و خوشحالش کنم!

کلید را از یاد بردم تااینکه چند روز بعد وقتی لباسها را درون ماشین لباس‌شویی می‌ریختم متوجه آن شدم. کلید را از جیبم بیرون آوردم و درون سبد کوچکی گذاشتم که قبضها را نگهداری می‌کردم.

ایان دوهفته بعد باز برای تعطیلات آخر هفته به خانه آمد اما من هنوز کتاب سخت دوهفته پیش را تمام نکرده بودم و درگیرش بودم. همه چیز مثل قبل بود با یک تفاوت مهم که حتی من هم متوجه شدم: ایان این بار هیچ تلاش نکرد که بی‌خیال درس خواندن شوم و وقتم را با او بگذرانم. در عوض ماشینم را به تعمیرگاه برد، قبضهای عقب مانده را پرداخت کرد و برای خانه چیزهایی خرید. روز آخر، وقت خداحافظی، به چشمهایم زل زد و گفت: "دقت کردی تو این چهار هفته چه اتفاقی افتاده؟" من فردا امتحان مهمی داشتم و فکرم حسابی درگیر بود. با بی‌تفاوتی گفتم: "هیچی، فقط تو خونه نیستی." نگاه خیره ایان آنقدر طولانی شد که حتی منتظر نماندم سوار ماشین شود، خداحافظی کردم و به خانه برگشتم تا زمان را از دست ندهم.

تاصبح بیدار ماندم و حسابی درس خواندم. کمی زودتر به دانشگاه رفتم که نگران دیر رسیدن نباشم. اما دیدن صندلی‌هایی که پشت سر هم منظم چیده شده بودند، مضطربم کرد. شماره صندلی‌ام را پیدا کردم و نشستم. صندلی جلو من، پسر جوانی بود که به نظر می‌رسید چندسال از من کوچکتر است. قبلاً در کلاسهای مختلف او را دیده بودم اما چون همیشه دیر می‌آمد و دانشجوی چندان فعال و درسخوانی نبود، با هم همکلام نشده بودیم. این بار پسر جوان جلو آمد و بعد از احوالپرسی، از درس و کلاسها پرسید و گفت برای امتحان خوب خوانده‌ام یا نه. جوابش را خیلی کوتاه دادم. ناگهان نمی‌دانم چرا به حلقه ازدواجم اشاره کرد و پرسید: متاهلی؟ از سوال بی‌ربطش تعجب کردم ولی ترجیح می‌دادم آخرین پاراگرافهای کتاب را هم دوره کنم. با سر جواب دادم و دوباره مشغول شدم. پسر جوان دست بردار نبود. پرسید شوهرت چه کاره است؟ گفتم در یک انتشاراتی مهم در شیکاگو کار می‌کند. پسر جوان



لبخندی زد و گفت: "پس تنهایی؟" از لحن کلامش هیچ خوشم نیامد. خیلی جدی گفتم نه، همسرم آخر هفته‌ها به من سر می‌زند. گویی این مکالمه مسخره نمی‌خواست به پایان برسد چون گفت: "نه دیگه. تو تنهایی. خودت رو گول نزن. دختر زیبایی مثل تو حتماً به محبت نیاز داره. حالا که شوهرت نیست، یکی باید باشه عاطفه مجروحت رو درمان کنه."

از شنیدن این حرف چنان خشمگین شدم که باصدای بلند از او خواستم گورش را گم کند و دیگر هرگز دور و بر من آفتابی نشود. امتحانم را با حال خراب تمام کردم و به خانه برگشتم. اما تمام مدت به حرفهای زشت آن پسر فکر می‌کردم. حس می‌کردم آنقدر درگیر درس و دانشگاه شده‌ام که از بقیه مسائل مهم زندگی‌ام غافل مانده‌ام. من آنقدر خودخواه شده بودم که نه تنها به نیازهای خودم فکر نمی‌کردم، به نیازهای همسرم هم توجهی نداشتم. درس خواندن باعث شده بود مهمترین مساله زندگی‌ام یعنی رابطه‌ام با ایان را از یاد ببرم.

سالگرد ازدواج من و ایان نزدیک بود ولی هیچکدام برنامه‌ای نداشتیم. به ایان حق می‌دادم. فکر می‌کردم باید کاری کنم تا رابطه زیبا و عاشقانه من و ایان دوباره ترمیم شود. امتحان آخرم را هم باموفقیت پشت سر گذاشتم. درنگ جایز نبود. وسایل لازم را در چمدانم گذاشتم، کلید آپارتمان همسرم را برداشتم و راه افتادم. شش ساعت بعد پشت در آپارتمان ایان بودم اما هرچه صدا زدم جوابی نشنیدم. در را باز کردم از ایان خبری نبود. به اطراف خانه نگاهی انداختم. مسواک ایان سر جایش نبود. او بدون مسواکش جایی نمی‌رفت. شماره‌اش را گرفتم. جواب نداد. نگران شدم. چند دقیقه بعد دوباره شماره گرفتم اما باز هم جواب نداد. ناامید گوشه‌ای نشستم. نمی‌دانستم برگردم یا همان جا بمانم. در این فکرها بودم که تلفنم زنگ خورد. ایان بود. پرسیدم کجاست. گفت: "من خانه‌ام، تو کجایی؟" اصلاً متوجه منظور ایان نشدم با عصبانیت جواب دادم: "خونه‌ای؟ اما من الان وسط هال خونه ایستادم و هیچ اثری از تو نیست. حتی مسواکت هم نیست." ایان گفت: "من خونه خودمون هستم. این همه راه اومدم تا واسه سالگرد ازدواجمون سورپرایزت کنم اون وقت تو الان تو اون آپارتمان چیکار می‌کنی؟"

با گریه گفتم: "اما من هم اومده بودم تا تو رو غافلگیر کنم. دلم برات خیلی تنگ شده اون وقت..." گریه امان نداد و بقیه حرفهایم ناتمام ماند. می‌خواستم به ایان بگویم تا وقتی همکلاسی‌ام چنین جسارتی نکرده بود خبر نداشتم چقدر دلم برایش تنگ شده و زندگی بدون او برایم ممکن نیست اما حرفی نزدم. فقط هق‌هق بود که به گوش می‌رسید. ایان چند لحظه ساکت بود و بعد گفت: "فکر می‌کنی بتونی دو سه ساعت دیگه رانندگی کنی؟" وقتی فوری موافقتم را اعلام کردم، گفت همین حالا در هتل شهری که وسط راه خانه و محل کارش است اتاقی رزرو می‌کند و سه ساعت بعد همدیگر را در این هتل ملاقات می‌کنیم.

و سه ساعت بعد در لابی هتل همدیگر را دیدیم. وقتی ایان را دیدم تمام آن عشق و علاقه قدیمی در من زنده شد. فهمیدم چقدر دوستش دارم و حاضر نیستم حتی یک لحظه بدون او زندگی کنم. از صمیم قلب از ایان هم سپاسگزار بودم که در این مدت رفتارهای بد من را تحمل کرده بود. صبح یکشنبه قبل از اینکه من به طرف خانه راه بیفتم و ایان به طرف شیکاگو، برنامه‌ریزی کردیم که انتقالی بگیرم و ترم آخر را کنار ایان بگذرانم. ایان در این مدت کارهای لازم را انجام داد. خانه بزرگتری پیدا کرد تا هر دو راحت‌تر باشیم. من در کنار ایان از دانشگاه فارغ‌التحصیل شدم و دیگر اجازه ندادم چیزی بین ما فاصله بیندازد.

اگر دوست می‌خواهی، بگذار دوستانت خود را از تو برتر بدانند
● دیل کارنگی

محسن طیّب

Tayebakbarzadeh1234@yahoo.com

یک دروغ عاشقانه...

تمامی اسامی مستعار امّا داستان کاملاً واقعی است



بر اساس سرگذشت؛ ونوس

تا قبل از آن روز که دوازده سالم شد، بارها این جمله را از زبان دیگران ـ بدون آنکه متوجه باشند ـ شنیده بودم که می گفتند: "تقدیر بعضی وقتها خیلی بی‌معرفته. آقا فخرالدین تو این دنیا فقط یه آرزو داشت اونم اینکه صاحب پسر بشه، اما بازی روزگار رو ببین که این زن و مرد فقط صاحب یک بچه شدن و اون هم دختر شد...!"

شنیدن این حرف حتی موقعی که بچه بودم نیز عذابم می‌داد، اما هیچ وقت به آن فکر نکردم. تا آن روز که مادرم فامیل و تعدادی از دوستان خانوادگیمان را دعوت کرد و تولد ۱۲ سالگی‌ام را جشن گرفت. بسیاری از مهمانها جزء دوستان و همدوره‌ایهای پدرم بودند که با خانواده‌شان آمده بودند. جشن خوبی بود و آخرین کادو را هم پدرم بهم داد که یک گردنبند طلای "فاطمه" بود.

وقتی مهمانها رفتند و خودمان سه نفر ماندیم، پدر با دستهای ورزیده و عضلانی‌اش گردنبند را انداخت گردنم و با خنده گفت:

ـ ونوس جان، مخصوصاً این "فاطمه" رو برات گرفتم که هیچوقت یادت نره اسم شناسنامه‌ات "فاطمه" است، درسته که همه و حتی من و مادرت هم "ونوس" صدات می کنیم و خیلی هم اسم قشنگیه، اما تو برای من "فاطمه" هستی!

پدر اینها را گفت و با اینکه اصلاً اهل لوس کردن من نبود، آن لحظه مرا در آغوش گرفت و پیشانی‌ام را بوسید و برخاست تا برای جمع کردن ظرفهای میز شام به مادرم کمک کند که دستش را گرفتم و همه جرأتم را جمع کردم و زل زدم توی چشمانش و سؤالی را که در این چند سال آخر ذهنم را درگیر کرده بود پرسیدم:بابایی...، مردم راست میگن که شما آرزو داشتی صاحب پسر بشی و هنوز هم حسرت پسر داشتن به دلت مونده؟

آن لبخند همیشگی برای چند ثانیه در چهره پدر گم شد و جایش را اخم گرفت. مادر که داشت ظرفها را می‌شست دست از کار کشید و آمد بالای سرم ایستاد. پدر کنارم نشست و با همان صدای آرامش بخشی که همیشه در گوشم بود گفت: آره، راست میگن، هنوز هم از اینکه مادرت دیگه نمیتونه بچه دار بشه و برام یه پسر دنیا بیاره خیلی حسرت می خورم اما...، اما تو دو چیز رو نمی‌دونی دخترم...

پدر با اشاره سر، مادر را به نشستن دعوت کرد و ادامه داد:درسته ونوس جان، من آرزو داشتم که صاحب یه پسر باشم تا اون هم مثل خودم ورزشکار و قهرمان بشه و این اسم و اعتبار "نیم بندی" که واسه خودم دست و پا کردم، توسط پسرم ادامه پیدا کنه، اما من و تو از حکمت خدا چی می‌دونیم دخترم؟ شاید خدا می‌دونسته اگه صاحب پسر بشم، پسری از آب درنمیاد که من آرزوش رو دارم... شاید مثل بعضی از جوونای امروزی "زیر ابرو" برمی‌داشت، شاید معتاد و خلافکار از آب درمی‌اومد و عزّت پدرش رو از بین می‌برد؟!...

پدر آه بلندی کشید و انگار همه حسرتش را از سینه داد بیرون و حرفش را پی گرفت:"بهت گفتم دو تا چیز رو نمی‌دونی، اولیش رو گفتم، دومیش هم الان بهت میگم دخترم؛ من دوست داشتم یک پسر داشته باشم که مثل خودم پهلوون بشه، منظورم قهرمان نیست که این روزها تا دلت بخواد در ورزشهای مختلف قهرمان داریم، منظورم از پهلوون اینه که فرزندم مرام پهلوونی داشته باشه. جوونمردی که دختر و پسر نداره. صد تا دختر تو این شهر بهت نشون میدم که کاکُل موهاشون از زیر روسری ریخته بیرون و مثلاً بدحجابند! اما از هزار تا پسر، جوانمردتر هستند! پس یکبار میگم و دیگه هم تکرار نمی کنم، ونوس جان سعی کن مرام و شخصیت و شعور داشته باشی. همینها رو داشته باشی ما را بس!...

حرفهای پدر آرامم کرد، این را مادرم فهمید که بغلم کرد و موهایم را نوازش کرد و گفت: "تو ونوس مایی عزیز دلم، و مطمئنم مایه افتخار من و پدرت خواهی شد!"... پدر رفت داخل آشپزخانه و مشغول شستن ظرفها شد و رو به مادر کرد و "خنداخند" گفت:

ـ این دختره رو لوس نکن خانم! خودت هم برو بخواب که کله سحر باید پاشی و بری تا عصر با دویست، سیصد تا دانشجو سر و کله بزنی!

مادر با خنده گفت:"دختر لوسش قشنگه!" و بعد رفت و با زور دستکشهای ظرفشویی را از پدر گرفت و ادامه داد:همین مونده که مردم بگن آقا فخرالدین زن ذلیل شده و زنش استراحت می کنه و خودش ظرف می‌شوره...

ـ خانم شما فردا که شنبه است چهار تا کلاس داری، برو استراحت کن!...

کَل کَل بابا و مامان مثل همیشه یک نتیجه داشت؛ مادر ظرفها را می‌شست و پدر آب می کشید و پدر به مادر می گفت که "ظرفها رو خوب نمی‌شوری" و مادر می‌گفت: "تو خوب آب نمی کشی!"... و صدای خنده شان بلند بود و ادامه داشت تا همگی خوابیدیم.

***

پدرم یکی از قهرمانان خوشنام بود و سوای مدالهایی که در دوران قهرمانی داشت، حتی در دوره پیشکسوتی نیز بارها از او تقدیر شده بود که من به همین دلیل اسم او و مادرم و خودم را مستعار نوشته‌ام که شناخته نشویم. مادرم هم استاد دانشگاه بود. اینطوری که مادر می گفت، وقتی با هم ازدواج می کنند و پدر می‌فهمد که زنش عاشق درس خواندن است. او را تشویق و حمایت می کند که وارد دانشگاه شود و تا دکترا هم خرج تحصیلش را با همان مسابقاتی که می‌داد پرداخت کرد. دلیل اصلی هم که بعد از هشت سال و در ۳۲ سالگی من به دنیا آمدم همین گرفتاری هایشان بود. پدرم مدام در اردوها و مسابقات داخلی و خارجی بود، مادر نیز صبح تا شب یا در کلاس بود و یا در خانه درس می‌خواند تا بالاخره من متولد شدم و مادرم که حتی موقع زایمان نزدیک بود جانش را از دست بدهد، به تشخیص پزشکان دیگر نتوانست فرزندی به دنیا بیاورد تا این حسرت برای همیشه به دل پدر بماند و صاحب پسر نشوند...

همانطور که گفتم، تا دوازده سالگی این نگرانی را داشتم که مبادا آن حسرت، محبت پدر را نسبت به من کم کرده باشد، اما بعد از آن حرفهای پدر و حتی در سالهای آینده، با اینکه پدرم به طور کلی اهل قربان صدقه رفتن کسی نبود و مرا هم لوس بار نیاورد، گاهی اوقات رفتارش بامن چنان خشک و رسمی بود که بعضی از دوستان و همکلاسیهایم که به منزلمان می‌آمدند و رابطه من و بابایی را می‌دیدند با خنده و شوخی می گفتند:

"ونوس انگار بابات ازت دلِ خوشی نداره؟!"

من اما، هر بار می‌خندیدم و چیزی نمی گفتم. یعنی اصلاً به حرفشان فکر هم نمی کردم، چرا که آنچه باید می‌دانستم در عمق چشمان پدرم می‌دیدم؛ که عشق بود و مهربانی...تا اینکه سالها گذشت و من بزرگ شدم و به جوانی رسیدم و... عاشق شدم!

***

پدر خیلی دوست داشت که من هم پا به میدان ورزش بگذارم و قهرمان شوم. من هم به خاطر اینکه پدر خوشحال شود خیلی سعی کردم در یکی از رشته‌های ورزشی بانوان موفق شوم. چندین رشته را هم امتحان کردم، از ورزشهای انفرادی تا رشته‌های تیمی، اماقبل از اینکه خودم وادار به اعتراف شوم، این پدر بود که در پانزده سالگی استعدادم را شناخت. یکروز که در منزل آقاتیمور، یکی از دوستان صمیمی وقدیمی پدر دعوت بودیم و من طبق معمول در خانه آنها از کنار "پیانوی" دختر آقاتیمور جدا نشدم، پدر یک لحظه هم چشم از من برنمی‌داشت. آخر شب هم که به خانه رسیدیم نشست کنارم و رک و بی‌رو در بایستی گفت: اگر من یک روز بتونم فضانورد بشم، تو هم ورزشکار حرفه‌ای میشی دختر جون...! اصلاً کی گفته هربچه‌ای که باباش قهرمان بوده باید ورزشکار بشه؟ هر کسی تو یک چیزی استعداد داره، یک نفر شاعر خوبی میشه، یکی دیگه دندانپزشک، سومی استعداد نویسندگی داره و... و یکی هم موزیسین قابلی از آب درمیاد ـ پدر این را گفت و رو به مادرم ادامه داد ـ با تیمور خان صحبت کردم، قرار شد فردا عصر زن آقا تیمور و دخترش همراه تووونوس سری به همون فروشگاهی بزنید که دختر تیمور "پیانو" رو از اونجا خریده، طرف دوست آقا تیموره و البته منو هم خوب می‌شناسه و قسطی برامون حساب می کنه. بعد از اینکه پیانو رو خریدین با همین خانمی که مربی دختر تیموره تماس بگیر که بیاد به دختر ما هم پیانو یاد بده، فقط بهت بگم ونوس اگر الکی بزنی و سرم درد بگیره، خودت و پیانو رو با هم از پنجره میندازم پایین!...

پدر چنان ساده این موضوع را ـ که آرزوی من بود ـ به زبان آورد که کاملاً شوکه شدم و موقعی که پریدم توی بغلش، زد توی ذوقم و گفت: "من از این لوس بازیها خوشم نمیاد..." و پدر نمی‌دانست که من چقدر عاشق ""خوشم نمیاد" گفتنهایش بودم...!

حدس پدر کاملاً درست بود، همان قدر که من در ورزش استعداد نداشتم، ذوق موسیقیایی‌ام عالی بود، طوری که "مریم خانم" مربی پیانویم بعد از سه ماه گفت: "تو یک پیانیست به دنیا اومدی..." تشویقهای مربی و آرامشی که هنگام پیانو زدن نصیب پدر و مادرم می‌شد دست به دست هم داد تا روز به روز در کارم پیشرفت کنم. دیپلمم را که گرفتم تمام وقتم را برای موسیقی گذاشتم و موفق شدم در یکی از ارکسترهای معروف صاحب جایگاه شوم در عین حال چون آن زمان پدر صاحب یک باشگاه ورزشی بدنسازی هم بود و ظاهراً حسابدار باشگاه دستش کج بود، به پیشنهاد خودم و موافقت پدر، قرار شد روزی دو ساعت به دفتر باشگاه بروم و حساب و کتابها را مدیریت کنم و... همان جا بود که با اشکان آشنا شدم. بدون اغراق باید بگویم خوش قیافه‌ترین جوان آن باشگاه بود. ورزشکار حرفه‌ای نبود و به قول خودش "برای اینکه خوش هیکل شود" به آنجا می‌آمد. موجب آشناییمان هم "پیانو" بود، یعنی او که انگار از دیگران در مورد من شنیده بود، یک روز که داشت حق عضویت ماهیانه‌اش را پرداخت می کرد بدون مقدمه گفت:

"شما می‌دونید من صدای خوبی دارم؟"

فکر کردم شوخی می کند، اما آخر شب وقتی فایل صوتی صدایش را که در یک گروه موزیک پاپ زیرزمینی خوانده بود برایم تلگرام کرد برایش نوشتم "صدات عالی بود!"

از فردای آن روز اشکان به هر بهانه‌ای در آن دو ساعتی که من در دفتر بودم به سراغم می‌آمد و در مورد موزیک صحبت می کرد، من هم که طعم اولین عشق را داشتم تجربه می کردم به این بهانه که "جشن تولد یکی از دوستانم دعوت هستم و قراره براش پیانو بزنم..."، گفتم: تو هم بیا و یک بار تست کنیم که می‌تونیم با هم کار کنیم یا نه؟"

انگار اشکان از خداخواسته بود که بلافاصله پذیرفت و دو روز بعد اولین همکاری هنری مشترک را تجربه کردیم و کارمان فوق العاده از آب در آمد. حال دیگر بی‌بهانه به همدیگر علاقه‌مند بودیم، تا آن روز که "نامدار" به دفتر باشگاه آمد و گفت:

"می خوام باهاتون حرف بزنم ونوس خانم..."

نامدار مربی اصلی باشگاه پدر بود. او که صاحب چند عنوان داخلی هم بود آنقدر نزد پدر محبوبیت داشت که به منزلمان هم رفت و آمد می کرد. چند مرتبه‌ای از نگاههایش حس کرده بودم که به من علاقه‌مند است، اما من هر بار او را غلیظ تر از دفعات قبل

باورم نمی‌شد که اشکان تا این اندازه به فکر آینده زندگیمان باشد. تنها مشکلی که اذیتم می‌کرد این بود که اگر می‌رفتیم، به راحتی نمی‌توانستیم به ایران بیاییم. با این حال آنقدر عاشق اشکان بودم که حتی به دلتنگی‌ام برای بابا و مامان هم فکر نکردم.

"داداش نامدار" صدامی کردم تااین ذهنیّت برایش از بین برود، آن روز اما نامدار بی‌مقدمه گفت:

ـ ونوس خانم من با نصف خواننده‌های این مملکت یا رفیقم و همرازشون، یا دوستم هستند و همنشین هستیم. این رو از اون بابت گفتم که فکر نکنید من با خوانندگی و موسیقی مشکل دارم. اصلاً خودم وقتی تمرین می‌کنم، با موزیک حالم بهتر میشه، ولی این آقا اشکان نه می‌فهمه هنر چیه، نه لایق عشق شماست!...

باورم نمی‌شد نامدار به خودش اجازه دخالت در زندگی خصوصی مرا بدهد، اما قبل از اینکه جواب تندی به اوبدهم، با این احتمال که داردازطرف پدرم حرف می‌زند پرسیدم: پدرم ازت خواسته برای من دلسوزی کنی آقا نامدار؟

او سر تکان داد و گفت: "نه... البته پدرتون می‌دونه که شما به اشکان علاقه دارید. اما چیزهایی که من گفتم حرف دل خودم بود!"

خیالم که راحت شد اخم کردم و گفتم: پس شما چرا به خودتون اجازه دخالت تو زندگی منو میدین؟

نامدار نیم نگاهی به من کرد و سرش را انداخت پایین و پاسخ داد: بهتون که گفتم...، اینها حرف دلمه... چون دلم گرفتار شماست!

پوزخند زدم و گفتم: "عجب...، این حرفتون رو چی؟ پدرم خبر داره که شما عاشق دخترش هستید؟"

رنگ صورت نامدار سرخ شد و زیر لب پاسخ داد: "نه...، نمی‌دونه!"

از جا برخاستم و در اتاق را نشانش دادم و در حالیکه از عصبانیت می‌لرزیدم به او گفتم: پس اگه دلت نمی‌خواد عزّتت رو پیش پدرم بشکنم از این در برو بیرون و دیگه م در این مورد با من حرف نزن... نامدار لبخند تلخی زد و گفت: "چشم" و از در خارج شد...

***

پدر سکوت کرده بود و فقط مادر حرف می‌زد:

ـ خودت باید در مورد زندگی آینده ات تصمیم بگیری دخترم، این اشکان به نظر پسر خوبی میاد، اما فکر نمی کنی کمی زود داری تصمیم می گیری؟ مطمئنی عشق چشمات رو نبسته؟

اینهارا مادر چند ساعت بعد از حضور اشکان در منزلمان گفت. یعنی خودم چند روز پشت سر هم به او گفته بودم اگر واقعا قصد ازدواج با مرا دارد باید رسماً با خانواده‌ام حرف بزند و او هم پذیرفت و صبح که من از خانه بیرون بودم اشکان به منزلمان آمده و حرفهایش را زده بود. پدر و مادرم که قبلاً از زبان من غیرمستقیم شنیده بودند "یکی را دوست دارم" به اشکان گفته بودند بعد از اینکه با من حرف بزنند جواب می‌دهند و حالا مادر منتظر پاسخ من به سوالش بود: "فکر نمی کنی در آینده موقعیتهای بهتری برات پیش بیاد؟"

من که عادت نداشتم روی حرف آنها حرف بزنم و از آن مهمتر، خجالت می کشیدم در حضور پدرم از

بقیه در صفحه ۶۵

زمانی که پدر نبود فهمیدم که چه سرمایه ارزشمندی را از دست داده ام

مسلم آژ

گمشده در هور

قبل از هر حرفی: در شماره گذشته گفت‌وگویی اختصاصی با "مرتضی درزی رامندی" داشتیم و او از خاطرات حضورش در هورالعظیم گفت. او که قایقران فرماندهی گردان بود، پس از آنکه نیروهای گردان حضرت رسول (ص) ماموریتشان در هور پایان یافت، همچنان در منطقه باقی ماند و در کنار رزمندگان و فرماندهی گردان امام سجاد (ع) به خدمت مشغول شد.
"درزی مندی" در ادامه گفت‌وگوی صمیمانه‌اش بود که اینگونه خاطراتش را بازگو کرد...



دکل لعنتی!

روزها به سرکشی از خط مقدم و سنگرهای کمین رزمندگان مشغول بودیم و شبها خسته از قایقرانی در هور در هوای مرطوب و خفقان آور و بدتر از آن پشه‌هایی که بلای جانمان بود، به استراحت مشغول می‌شدیم. صبح یکی از همان روزها با سر و صدا و همهمه فرمانده گردان و عده‌ای از نیروها از خواب بیدار شدم. فهمیدم ماجرا مربوط به دکلی است که در کنار پل شناور در محور فرماندهی قرار داشت. این دکل مربوط به عملیاتهای گذشته بود و بااستقرار ما هیچ استفاده‌ای از آن نمی‌شد. اما آن روز ردو اثر گل ولجنی که روی پله‌های آن وجود داشت، حکایت از بالا رفتن شخصی از دکل می‌کرد. بنابراین فرمانده گردان با نگرانی به تحقیق پرداخته بود تا دریابد چه کسی از دکل بالا رفته؟ بعد از پیگیریها فهمیدیم به احتمال زیاد یکی از غوّاصان دشمن با نفوذ به منطقه توانسته خود را به بالای دکل برساند تا به شناسایی منطقه بپردازد. البته ما استفاده‌ای از دکل دیدبانی نمی کردیم ووجود آن در منطقه باعث شده بود که دیدبانهای بعثی با گرا قرار دادن دکل اطراف آنرا هدف گلوله های خمپاره و توپ قرار دهند که فرمانده گردان تصمیم گرفت آنرا واژگون کند. نیروهای محور فرماندهی به سرعت دست به کار شدند وبالاخره دکل را انداختیم.

تاخیر عجیب فرمانده

بعد از ماندگار شدنم در هور و با آمدن رزمندگان گردان امام سجاد (ع) که از اهالی شهر زنجان بودند در کنار رسول وزیری فرمانده گردان قرار گرفتم. وزیری از فرماندهان محجوب و مهربان لشکر بود و با آن متانت و فروتنی وقتی با لهجه شیرین زنجانی حرف می‌زد در همان اولین دیدار همه را شیفته و مجذوب خود می کرد. او با دقت و نظم خاصی کارهایش را انجام می‌داد و اهمیت او به نظافت در همه شرایط مثال زدنی بود. یکی از روزها پیش من آمد و با حجب و حیای ذاتی از من خواست تا او را برای استحمام و شستشو به میانه هور ببرم.
در این مدت به خوبی از اخلاق و رفتارش آگاه شده بودم. بنابراین بلمی به قایق بستم و به راه افتادیم. در قسمتی از هور و در پناه نیزارها محلی بود که آب صاف و زلالی داشت. وزیری پاروزنان با بلم به داخل بخش پوشیده از نیزار رفت و من در انتظارش درون قایق نشستم، اما مدتی گذشت و از او خبری نشد و کم کم دلهره واضطراب همه وجودم را گرفت وافکار پریشانی به ذهنم هجوم آورد. گاه به یاد غوّاصان دشمن می‌افتادم که برای شناسایی و خرابکاری در مواضع رزمندگان نفوذ می کردند و گاهی از حمله جانوران داخل هور به غرق شدن او می‌اندیشیدم. با این افکار پریشان بود که لرز وجودم را فرا گرفت و با گذشت زمان دیگر تحمل ماندن نداشتم پس موتور قایق را روشن کرده به سرعت داخل نیزار شدم. بلم بر روی آب بود وبدون آنکه کسی در داخل واطراف آن باشد روی آب به آرامی بالا و پایین می‌شد.
دلم هری فرو ریخت! صدای ضربان قلبم را به خوبی می‌شنیدم که هر لحظه تندتر می‌شد. نفسم در سینه حبس شده بود که خود را به بلم رساندم و صحنه عجیب و دردناکی را دیدم، **وزیری** کف بلم افتاده بود و به سختی ناله می‌کرد و نفس می‌کشید. به هر زحمتی که بود او را به درون قایق کشاندم و به سرعت به سوی اسکله و اورژانس به راه افتادم و در آنجا بود که فهمیدم او در عملیاتهای گذشته بر اثر موج انفجار از ناحیه کتف آسیب دیده بود. بعد از استحمام و در حالیکه می کوشید از آب بیرون بیاید و سوار بلم شود. ناگهان بر اثر فشار کتفش در رفته بود و به زحمت و با سختی زیاد همراه با درد بود که خود را به داخل بلم کشانده و در کف بلم از درد به خود می‌پیچید و...

ثانیه‌های تکرار نشدنی

بعدازبهبودی وزیری فرمانده گردان بود که دوباره برای سرکشی راهی خط مقدم شدیم. بعد از ظهر به یکی از مواضع رزمندگان رسیدیم که آنها از نیامدن قایق تدارکات ونبود آب آشامیدنی گلایه می کردند. رفتن به اسکله و بازگشت حدود یک ساعتی طول می کشید که وزیری از من خواست در زمانی که او به بررسی وضعیت منطقه می‌پردازد من به سرعت برای آوردن آب اقدام کنم.
"بهمنی" رزمنده زنجانی با آن قد بلند و هیکل درشتش گالنهای خالی آب را داخل قایق می گذاشت و از من درخواست کرد او را هم با خود برای آوردن آب به اسکله ببرم.


از راست مرتضی درزی رامندی و شهید خلیل حیدری در هورالعظیم

بهمنی روی سکوی قایق نشسته بود و محکم لبه قایق را در دست داشت که با سرعت در میان آبراه حرکت کردیم. با رسیدن به اسکله هم گالنهای پر آب را به داخل قایق انتقال می‌دادیم که مسئول اسکله از راه رسید و از من خواست روحانی عقیدتی لشکر ۱۶ زرهی را به مقر توپخانه برسانم.
"حاج حسینی" روحانی عقیدتی را از قبل می‌شناختم، اما تا به آن روز به مقر توپخانه ارتش نرفته بودم و آشنایی با مسیر آن در هور نداشتم. "حاج حسینی" از نزدیکی مقر توپخانه حرف می‌زد و از اینکه بارها به آنجا رفته و مسیر را به خوبی می‌شناسد. به همین خاطر من هم با سرعت در آب راه به حرکت ادامه می‌دادم و با دیدن تابلوهایی که در کنار نی‌ها قرار داشتند، پیچ و خمهای میان نیزار را یکی پس از دیگری پشت سر می گذاشتم. اما هرچه می‌رفتم بیشتر به این نتیجه می‌رسیدم که مقر توپخانه آنگونه که او گفته بود، نزدیک نبود و درحالیکه خورشید کم کم پشت نیزارها پنهان می‌شد، ما به آنجا رسیدیم. هوا تاریک شده بود که به سوی مقرمان حرکت کردیم.
هورالعظیم با وجود نی های به هم فشرده با قطر متفاوت و باتلاقهایی در اطرافش بر مشکلات ما می‌افزود. در واقع این منطقه دنیایی راز آلود و عجیب داشت که با تاریکی شب همه غربت دنیا را هم یکجا در خودش جای می‌داد. صدای زوزه باد و جانورانی که در هور بودند در نیزارها می‌پیچید و ترس را در دل هر انسانی می‌انداخت.
یک ساعتی بود که از مقر توپخانه به راه افتاده بودیم و در زیر نور مهتاب با سرعت به پیش می‌رفتیم.
پس از گذشتن مدتی به محل وسیع و بازی در میان نیزارها رسیدم که دو آبراه به موازات یکدیگر روبرویمان بود... راستش را بخواهید اولین باری بود

که در این مسیر رفت و آمد می کردم و با این محور آشنایی نداشتم و به همین دلیل دنبال علامتی می گشتم، اما هیچ تابلویی که مسیر را نشان دهد در کنار نیها وجود نداشت و من هم بدون هیچ دلیلی در امتداد آبراه بزرگتر به راه خود ادامه دادم.

در حالیکه تاریکی شب کم کم ترس گم شدن و سردرگمی در هور را بر من حاکم کرده بود می کوشیدم ترسم را از "بهمنی" پنهان کنم.

با آنکه می‌دانستم راه را گم کرده ام، اما هر لحظه بر سرعت قایق می‌افزودم تا شاید نشان یا علامتی ببینم. سینه قایق هور را می‌شکافت و پیش می‌رفتم و حیران و سرگردان فقط به جلو خیره شده بودم که ناگهان شلیک گلوله‌های کلت منوّر مرا به خود آورد. با این شلیک آبراه روبرویمان و نیزارهای اطراف به یکباره روشن شد و به دنبال آن گلوله‌های تیربار بود که به سوی قایق شلیک می‌شد.

درحالیکه گلوله‌های خمپاره شصت در اطراف منفجر می‌شد به سرعت دور زدم و شروع به فرار کردم. آنچنان گاز می‌دادم که صدای غرش موتور از انفجار آن حکایت می کرد، اما فقط به فکر دور شدن از آنجا بودم.

چند دقیقه‌ای با سرعت به حرکت خود ادامه دادم که یکدفعه به یاد بنزین افتادم. تمام شدن بنزین قایق می‌توانست فاجعه دیگری را برایمان در هور به وجود آورد که به سرعت موتور را خاموش کردم و حالا هر دویمان پاروها را دست گرفته و پاروزنان در آبراه به حرکت ادامه می‌دادیم. ولی با وزن سنگین قایق موتوری، پارو زدن کار آسانی نبود و بعد از مدتی نفس زنان در کنار نی‌ها توقف کردیم.

حالا دیگر یقین داشتم در هور گم شده‌ایم و نمی‌دانستم باید به کدام جهت حرکت کنم.

لحظات سخت و به کندی می گذشت و همچنان که استراحت می کردیم یکدفعه متوجه صدای موتور قایقی شدم، از همان قسمتی که به سویمان شلیک شده بود، به سمت ما می آمد. از نوع صدای موتور بود که فهمیدم باید از قایقهای بادی موتوری باشد که نیروهای عراقی از آنها استفاده می کردند.

از بهمنی خواستم به جلوی قایق برود تا با گرفتن نی ها قایق را به داخل نیزار بکشیم.

حالا بهمنی هم از نحوه رفتارم فهمیده بود که باید گشتی‌های دشمن باشند و او هم نگران به نظر می آمد. من در حالیکه دلداری‌اش می‌دادم قایق را در داخل نی‌ها پنهان کردیم. در این لحظه به سراغ جعبه‌ای که در قایق بود، رفتم. همیشه تعداد زیادی نارنجک در آن بود و من چند نارنجک برداشتم تا با نزدیک شدن گشتی دشمن به سوی آنها پرتاب کنم. کف قایق نشسته بودیم و درحالیکه نفس در سینه هایمان حبس شده بود، به دقت صدای موتور



درزی رامندی در کنار شهید مجتبی درزی و دیگر همرزمان

قایق بادی را دنبال می کردیم.

بهمنی با هیکل چاق که به سختی می توانست خودش را جابجا کند، جلوی قایق نشسته بود و چانه‌اش را روی لوله اسلحه تکیه داده و زیر لب می گفت: گرفتار شدیم! اولین بار بود که به جبهه می آمد من چاره‌ای نداشتم جز اینکه او را دلداری دهم. به آرامی و با خنده به او گفتم "اگر لازم شود نارنجک را زیر شکمم منفجر می کنم، اصلاً از اسارت خوشم نمی آید!" با لهجه شیرین زنجانی و در حالیکه لبخند تلخی بر لب داشت گفت: "نه برادر اسیر می‌شویم چه اشکالی دارد؟!" این حرفی بود که بهمنی با اضطراب زد و هر دو در انتظار رسیدن گشتی دشمن و درگیری با آنها بودیم که فهمیدیم بدون آنکه متوجه حضورمان شوند از سمت دیگری در نزدیکی ما عبور کرده‌اند و با دور شدن قایق دشمن بود که آرامش و سکوت دوباره بر هور حکمفرما شد...

نزدیک سحر بود که خسته از ساعتها حرکت و پارو زدن در آبراه، تصمیم گرفتم تا روشن شدن هوا در پناه نیزارها استراحت کنم. به جلوی قایق رفتم و در محل کوچکی که همچو هشتی بود، دراز کشیدم و بهمنی هم که گویی منتظر چنین لحظه‌ای بود، در کنارم خوابید. تا پلکها را بستم پشه‌های سمج باخبر شدند و وزوزشان در گوشم غوغا می کرد و نیش آنها را حتی از روی لباس حس می کردم اما ساعتها قایقرانی و پارو زدن امانم را بریده بود و خسته و در هوایی مرطوب پلکهایم سنگین شد و...

دم دمای صبح از فرط سوز و سرمای هور که به جانم افتاد، بیدار شدم. سر تا پایم خیس بود و انگار زیر دوش آب بودم و شبنم لباسهایمان را خیس کرده بود. کمی که خورشید بالا آمد، موتور قایق را روشن کردم و بدون آنکه بدانم به کدام سمت باید بروم به راه افتادم.

چاره‌ای نبود باید از این سردرگمی خلاص می‌شدیم. در آبراه به پیش می‌رفتیم، اما انگار این آبراه لعنتی پایانی نداشت و هرچند وقت یکبار دور می‌زدم و آبراه دیگری برای پیدا کردن نشانی طی می کردیم که به یکباره پروانه‌های موتور قایق از حرکت ایستاد و موتور خاموش شد! پاسخ خیلی ساده بود، بنزین تمام شد و با قطع شدن صدای موتور نگرانی همه وجودم را گرفت و حالا احساس می کردم کاملاً خلع سلاح شده‌ام پس با نگرانی به سراغ پاروها رفتم و همچنانکه پاروزنان قایق را به پیش می‌بردم، زیرچشمی نگاهی به بهمنی می کردم که حوصله‌اش سر رفته بود و با گالنهای آب ور می‌رفت.

ناخودآگاه به خود آمدم که در این وضعیت گالنهای پر آب را به کجا می‌بریم؟! دست به کار شدیم دو گالن آب را برای خوردن نگه داشتیم و بقیه را یکی پس از دیگری به داخل هور انداختیم.

خورشید کم کم بالای سرمان قرار می گرفت که احساس ضعف و گرسنگی را به خوبی در رفتار و گفتار بهمنی می دیدم.

از شانس بد او روز گذشته هم ناهار نخورده بود و همراه من راهی اسکله شد و با آن هیکل سنگین در میان جعبه قایق، نارنجکها را کنار می‌زد و غرولند کنان می‌گفت: نمی‌شد به جای این همه نارنجک، چند تا بیسکوییت یا لااقل یک تکه نان می گذاشتی؟!

گرسنگی به شدت آزارش می‌داد که پاروها را در کف قایق رها کردم و در کنارش روی سکوی قایق نشستم و با شوخی و خنده کوشیدم دلداری اش بدهم، اما به راستی نمی‌دانستم از من ناراحت است یا از روحانی مقر توپخانه یا که از این سردرگمی حوصله‌اش سر آمده و همچنانکه در کنارش نشسته بودم سعی می کردم لبخندی در آن شرایط سخت بر لبانش بنشانم که او به حرف آمد و از وضعیت زندگی شان می‌گفت و اینکه پدرش در زنجان نانوایی دارد.

بالاخره توانستم کمی آرامش کنم و در حالیکه به خنده افتاده بود، گفت: اگر برگردم زنجان، آنقدر نان بربری می‌خورم تا گرسنگی این روز را فراموش کنم! خنداخند از جا برخاسته و دوباره پاروها را برداشتم تا به حرکت ادامه دهم و هنوز پاروها را به آب نزده بودم که بهمنی رو به من کرد و با بغض کمرنگی که گلوگیرش شده بود، گفت: کجا می‌خواهی بری؟! دلم فرو ریخت، پاروها را رها کردم و به سویش رفتم و گفتم توخسته‌ای استراحت کن من پارو می‌زنم که یکدفعه بغضش ترکید و قطرات اشک از گوشه چشمانش بر روی گونه‌اش سُر خورد و بریده بریده گفت: تا آخر دنیا بگی پارو می‌زنم، اما فقط بگو کدام طرف؟! دوباره در کنارش نشستم سعی کردم با خنده و شوخی حال و هوایمان را عوض کنم تا هردو از این غبار سرگردانی رها شویم و لحظه‌ای بعد شوخی کنان باز پاروها را دست گرفتیم و به سمت ناکجا آباد شروع به پاروزدن کردیم. به محلی رسیدیم که آب آن به قدری صاف و زلال بود که به وضوح ته آب را می دیدیم.

در این قسمت از ته هور پر بود از بلمهای شکسته، کلاه خود و اسلحه که دیده می‌شد. هرچند با دیدنشان

بقیه در صفحه ۶۵

بهتر است زندگی را خرج لطافت یک لبخند و یا نوازشی عاشقانه کنیم

●شکسپیر

مترجم: مریم نیک پور
Maryanikpour@gmail.com



مراقب رنجهای ذهنی خود باشید

همه ما در زندگی استرس و اضطراب را تجربه کرده‌ایم. گاهی نگران بوده‌ایم که نکند اتفاق ناخوشایندی بیفتد و مثلاً عزیزی بیمار شود یا او را از دست بدهیم. گاهی هم دردهای جسمی را تحمل کرده‌ایم که هیچ پزشکی نتوانسته دلیل خاصی برایش بیاورد و آزمایشها و بررسی‌ها هم نتیجه‌ای نداشته. تا حدودی استرس داشتن کاملاً طبیعی است و حتی می‌تواند موتور محرک انجام کار و پیشرفت ما باشد. اما آیا می‌دانید اگر اضطراب و دلهره همیشگی شود، ریشه یک اختلال مهم و دردسرساز می‌شود؟

داستان مشکلات روحی **جیم فولک** از سالها پیش آغاز شد آنهم با یک دل درد ناراحت کننده. چند روز بعد گرفتگی عضلاتش شروع شد و بعد سرگیجه و تپش قلب. فولک در آن زمان جوان بیست و یک ساله‌ای بود که در تعمیرگاه خانوادگی‌شان کار می‌کرد. وقتی علایم جیم برطرف نشدند، نگران شد مخصوصاً که می‌دید هر کاری که می‌کند یا هر قدمی که برمی‌دارد درد جدیدی را تجربه می‌کند. بعد از چند ماه بالاخره به دکتر مراجعه کرد و پزشک پس از معاینه به جیم گفت مشکلش فقط استرس است و بهتر است به خانه برود و استراحت کند. اما فولک از تجویز دکتر خوشش نیامد چون اصلاً احساس نمی‌کرد که استرس دارد و مضطرب است. جیم کم کم خودش را قانع کرد که مشکل خیلی جدی‌تر از این حرفهاست. به خودش می‌گفت شاید به بیماری جدی و مهلکی مثل سرطان مبتلا شده است حتی وقتی دکتر به او اطمینان داد که از سرطان خبری نیست، نمی‌توانست آرام بگیرد و به مرگ فکر نکند.

چند وقت بعد دل آشوبی، تهوّع، ضعف و حمله‌های عصبی هم به علایم قبلی اضافه شد. حال و روز جیم خانواده‌اش را هم به شدت نگران کرد. سالها از پی هم گذشتند اما وضعیت فولک بهتر نشد و علایم بیماری‌اش با گذشت زمان شدیدتر و وخیم‌تر شد. بارها به پزشکان و متخصصان و روانشناسان مختلفی سر زد و داروهای زیادی را امتحان کرد اما اثری نداشتند. فولک وضعیت خودش را اینگونه توصیف می‌کند: "تمام زندگی‌ام در این خلاصه شده بود که از محل کار به خانه برگردم و برعکس. به سختی می‌توانستم رانندگی کنم. نمی‌توانستم به دیدن دوستانم بروم. یا از بودن با خانواده لذت ببرم." تا اینکه همسر فولک یک روز قاطعانه گفت یا فکری برای حال و روز خرابت می‌کنی یا طلاق تنها چاره است. فولک بعد از کمی جست‌وجو از روانشناس دیگری وقت گرفت. دو هفته بعد، و درست ۱۰ سال بعد از بروز اولین نشانه‌های بیماری، روانشناس تشخیص داد که جیم به اختلال اضطراب فراگیر (GAD) مبتلاست.

سناریوی تکراری

اختلال اضطراب فراگیر یا "GAD"، نگرانی مداوم یا ترسی همیشگی است در حالی که عملاً هیچ دلیل خاصی برای این نگرانی وجود ندارد. افرادی که به این اختلال مبتلا هستند، مدام احتمال و امکان وقوع اتفاقی را در ذهن‌شان طراحی می‌کنند. دکتر **ملیسا رابیچاد**، روانشناس و استاد دانشگاه منچستر می‌گوید:

"این وضعیت از نظر ادراکی و همچنین روحی بسیار خسته کننده است. برای همین فرد ممکن است علایمی مثل خستگی، تشویش و کج خلقی و زودرنجی و عدم تمرکز را با هم تجربه کند."

محققان می‌گویند، استرس مکانیسم حیاتی و ضروری بسیاری از کارها و فعالیتهای روزمره است. در واقع استرس، سیستمی برای موقعیت "ماندن یا فرار" است و هشداری جدی به حساب می‌آید. درست مثل سیستم هشدار آتش سوزی که اعلام می‌کند جایی آتش گرفته و خطر در کمین است. در حقیقت استرس به ما خبر می‌دهد در خطریم. اما در این اختلال، فرد قرار گرفتن در هر موقعیت و وضعیتی را خطرناک می‌داند. کسی که به اختلال GAD مبتلاست، یک سناریوی مهم در زندگی دارد که مدام تکرار می‌شود: اگر اینطور شود، چه می‌شود؟ و این چرخه هر روز و هر لحظه پشت هم تکرار می‌شود. مثل این فکر که اجاره خانه دو روز عقب افتاده به این منجر می‌شود که حتماً صاحبخانه عذرم را می‌خواهد و من دربه‌در می‌شوم. **دکتر رابیچاد** می‌گوید، این افراد یک دنیا دارند که دایم در آن زندگی می‌کنند: **فکرشان...** تمام مسائل در سرشان اتفاق می‌افتد اما برایشان آنقدر جدی و واقعی است که گویی در دنیای واقعی اتفاق می‌افتد و از آن هیچ راه گریزی ندارند.

با اینکه دانشمندان دقیقاً نمی‌دانند چرا برخی از افراد بیشتر از بقیه مستعد ابتلا به این اختلال هستند، عقیده دارند بخشی از این مشکل ژنتیکی است. از طرفی گروهی از بیماری‌ها مثل افسردگی احتمال ابتلا به این اختلال را بیشتر می‌کنند. محققان همچنین می‌گویند، خانمها دو برابر آقایان به اختلال اضطراب فراگیر مبتلا می‌شوند.

اختلال اضطراب فراگیر بخصوص در بزرگسالان بسیار شایع است. نتایج تحقیقات بخش سلامت روان دانشگاه کالیفرنیا نشان می‌دهد، تقریباً ۷ درصد افراد به این اختلال مبتلا هستند. نتایج این تحقیق بر این موضوع هم تاکید کرده که در بزرگسالان، اختلال GAD بسیار شایعتر از اختلالاتی مانند اختلال اضطراب اجتماعی، اختلال پانیکی (حمله هراس)، استرس بعد از آسیب و افسردگی است. این قضیه در افراد ۵۵ سال به بالا تفاوتهایی هم دارد. در این سن و سال افرادی که به اختلال **گد** مبتلا هستند کمتر نگران



غذا خوردن آهسته و تمرکز برای درک انواع مزه‌ها، تمرکز برای تنفس درست، درک دم و بازدم از راههای رسیدن به "ذهن آگاهی" است. ذهن شما هرچه بیشتر در اکنون زندگی کند، حالش بهتر می‌شود

کار می‌شوند و نگرانی آنها بیشتر در زمینه سلامت و مسائل خانوادگی است. متخصصان می‌گویند، گاهی اوقات فرد سالهای طولانی استرس خود را در قالب پرکاری یا حواس‌پرتی بروز داده. دوستان و همکاران بارها به آنها گفته‌اند خوش به حالت که خوره کار هستی! حالا با گذشت زمان، این اضطراب فراگیر خودش را در قالبها و ژانرهای دیگر نشان می‌دهد اما استراتژی، همان استراتژی قبلی است.

تشخیص دشوار

نشانه‌های اضطراب چون با مسائل مرتبط با سلامتی همراه است معمولاً تشخیص را دشوار می‌کند. بیماریهای قلبی عروقی، بیماری مزمن انسداد ریه، کم شدن آب بدن و پرکاری غده تیروئید از جمله این بیماریهاست. متخصصان می‌گویند امکان دارد این علایم و مشکلات جسمی وجود داشته باشند یا در اثر اختلال GAD ایجاد شده باشند برای همین هنگام معاینه و بررسی‌های پزشکی کار تشخیص واقعاً سخت می‌شود. از طرفی امکان دارد استرس از عوارض جانبی مصرف داروهایی خاص مثل داروهای کاهنده فشار خون، داروهای ضدافسردگی، داروهای هورمونی و... باشد.

افراد مبتلا به اختلال اضطراب فراگیر تمایل ندارند به روانشناس یا روانپزشک مراجعه کنند در عوض برای علایم جسمی خود مدام به مطب پزشکان مختلف می‌روند. در برخی موارد، پزشکان فقط به علایم فیزیکی بیمار توجه می‌کنند و از کنار علایم روحی می‌گذرند. برخی از بیماران هم تصور می‌کنند اضطراب و استرس، مشکلی نیست که به خاطرش ناچار شوند به متخصص مراجعه کنند و حال آنها به موقع خودش خوب می‌شود. دکتر رابیچاد می‌گوید بیمارانی داشته که بیشتر از ۱۵ سال با این علایم و نشانه‌ها زندگی کرده‌اند اما هرگز فکر نمی‌کردند که واقعاً به کمکی تخصصی نیاز دارند. مبتلایان به اختلال GAD معمولاً به فکر



و خیالهای آزاردهنده خود خو می‌گیرند بنابراین تصور نمی‌کنند مشکلی دارند و وضعیتشان غیرعادی است. اما باور کنند با اینکه این اختلال، پرهزینه و آسیب‌زننده است، قابل درمان است البته اگر به موقع اقدام شود.

دارودرمانی یا روان‌درمانی

درمان کامل جیم فولک و رفع تمام علایم آزاردهنده‌اش دو سال طول کشید. فولک خیال می‌کرد مرضی که بیش از ۱۰ سال با او بوده محال است درمان داشته باشد و کابوسی است که هرگز از آن خلاصی نخواهد داشت. روانشناسِ فولک به او فهماند هنگامی که دچار چنین حمله‌هاییِ می‌شود، خودش آگاه نیست که بدنش از نظر فیزیکی هم واکنش نشان می‌دهد. روانشناس همچنین توضیح داد که چرا فولک نمی‌تواند خودش را آرام کند. فولک می‌گوید:

"برایم خیلی جالب بود که بدانم هنگام حمله در بدنم چه اتفاقهایی می‌افتد. بعد روانشناس روشهایی یادم داد که با آن موفق شدم در یک سال استرسم را کم کنم. روانشناس به من یاد داد در برابر زندگی و تمام مسائلش واکنشم ترس نباشد."

متخصصان و روانشناسان به بیماران مبتلا به اختلال GAD می‌آموزند الگوهای نادرست فکر کردن، واکنش نشان دادن و رفتار خود را تغییر دهند تا سرانجام موفق شوند طبیعی زندگی کنند. افراد مبتلا باید بیاموزند چطور بر ترسهایشان غلبه کنند آن وقت به مرور زمان حمله‌ها کمتر می‌شود تا روزی که برای همیشه از بین می‌رود.



برخی از داروها در درمان اختلال اضطراب فراگیر موثر هستند اما مصرف آنها برای مدتی طولانی عوارض جانبی جدی دارد و ممکن است اعتیادآور هم باشد برای همین برخی از روانشناسان درمان بدون دارو و از جمله ریلکسیشن و مدیتیشن و یوگا را ترجیح می‌دهند و آن را به بیماران خود توصیه می‌کنند.

دکتر رابیچاد و گروه تحقیقاتی‌اش از نوعی روش کاهش اضطراب به نام **"ذهن آگاهی"** استفاده می‌کنند که هیچ عارضه جانبی و اثر منفی ندارد. ذهن آگاهی یکی از روشهایی است که این روزها در حوزه‌های مختلف روانشناسی کاربرد دارد و بسیار پرطرفدار است. به زبان ساده می‌توان گفت برای اینکه از استرسها و اضطرابهای روزمره رهایی یابیم لازم است در لحظه زندگی کنیم و با تک تک لحظه‌های زندگی ارتباط بگیریم. تمرینهایی که تمرکز و دقت را افزایش می‌دهند، به حواس پنجگانه ما کمک می‌کنند تا در لحظه آرامش داشته باشیم و تمرکز کنیم. به عنوان مثال غذا خوردن آهسته و تمرکز برای درک انواع مزه‌ها، تمرکز برای تنفس درست، درک دم و بازدم از راههای رسیدن به ذهن آگاهی است. در واقع می‌توان گفت ذهن آگاهی، یک عامل مهم و کلیدی برای رسیدن به رهایی، متوقف کردن فشارهای روزمره، نگاه و دقت به حال و فرار و نجات از خیالات منفی است.

نتایج تحقیق محققان آمریکایی که در ماه ژانویه منتشر شد نشان داد، در بیمارانی که ۸ هفته از تمرینهای ذهن آگاهی استفاده کردند، نشانگرهای هورمونی و ایمنی شناسی استرس در خونشان کاهش یافته بود. در بیماران مبتلا به اختلال GAD، حمله‌های اضطرابی شامل فکر کردن درباره وقایعی است که قرار است در آینده اتفاق بیفتند، بنابراین وقتی تکنیکی کمک کند که این افراد فقط به زمان حال تمرکز و در لحظه زندگی کنند مفید و موثر است. پروفسور **کریستین پوردن**، استاد روانشناسی می‌گوید: "برای اینکه بیمار در زمان حال بماند، باید به هیجانی که درگیرش کرده آگاه باشد. از این بیماران می‌پرسم: فکرتان در آینده است؟ آیا لازم است آنجا باشید؟ بعد به مرور به آنها یاد می‌دهم چیزی که به آن فکر می‌کنند اصلاً وجود خارجی ندارد و ممکن است هرگز به واقعیت تبدیل نشود. هدف دیگرم این است که به آنها بیاموزم با شرایط فعلی‌شان کنار بیایند و به جای فکر و خیال بیهوده به آینده، برای بهبود موقعیت فعلی زندگیشان کوشش کنند."

بقیه در صفحه ۴۹

اگر انسان رنج را مانند شهری، ترک گوید، خوشبختی را از سر می‌گیرد ●ویکتور هوگو

حقوقی
آقای سعید مجیدی نژاد
وکیل پایه یک دادگستری و کارشناس ارشد حقوق خصوصی
مشاوره تلفنی چهارشنبه ها
از ساعت ۱۴/۳۰ تا ۱۶

معیوب بودن مورد معامله

سوال: خرداد ماه سال گذشته یک دستگاه خودرو خریداری کردم. به موجب مبایعه نامه‌ای که تنظیم گردید و ضمیمه نامه است فروشنده مدعی شد که خودرو کاملاً سالم و بدون کمترین عیب و نقص است. بر همین اساس بنده نیز تمام و کمال پول آن را پرداختم و سند خودرو را به نام خودم کردم. اخیراً که به خاطر یک تصادف جزیی روانه صافکاری شدم فهمیدم خودرو قبل از اینکه به من فروخته شود تصادف بسیار شدیدی داشته است، به نحوی که اطاق و شاسی آن بریده شده و قسمت عقب اتاق کاملاً عوض شده و دو تکه است. این موضوع را با یک کارشناس رسمی دادگستری مطرح کردم و او هم دو تکه بودن اتاق را تأیید کرد. وقتی با فروشنده تماس گرفتم مدعی سالم بودن خودرو شد. در حالی که این اتومبیل از زمان تحویل از کارخانه در اختیار خودش بوده است. اینک می‌خواهم راهنمایی‌ام کنید تا بتوانم از تضییع حق خود جلوگیری کنم. با توجه به وضعیتی که شرح دادم و زیانی که کرده‌ام و به قول کارشناس این ضرر حداقل سیزده میلیون تومان است چه باید بکنم؟

محمد مشکات - تهران

اختیار فسخ یا گرفتن مابه التفاوت

پاسخ: اگر از وجود عیب مذکور در هنگام معامله اطلاع نداشته‌اید حق فسخ معامله و یا اخذ مابه التفاوت قیمت میان خودرو سالم با معیوب را دارید. احکام حقوقی این قضیه در مبحث بیع و خیار عیب در قانون مدنی ایران درج گردیده است. در حال حاضر باید به سرعت در خصوص موضوع اقدام قانونی به عمل آورید. زیرا در قانون فوریّت اعمال فسخ یا مطالبه خسارت قید شده است. اینک برای تشریح موضوع ابتدا مواد ۴۲۲، ۴۲۳، ۴۲۴ و ۴۳۵ قانون مدنی را متذکّر می‌شوم:

ماده ۴۲۲ - اگر بعد از معامله ظاهر شود که مبیع معیوب بوده مشتری مختار است در قبول مبیع معیوب یا اخذ ارش یا فسخ معامله.

ماده ۴۲۳ - خیار عیب وقتی برای مشتری ثابت می‌شود که عیب مخفی و موجود در حین عقد باشد.

ماده ۴۲۴ - عیب وقتی مخفی محسوب است که مشتری در زمان بیع عالم به آن نبوده اعم از اینکه این عدم علم ناشی از آن باشد که عیب واقعاً مستور بوده است یا اینکه ظاهر بوده ولی مشتری ملتفت آن نشده است.

ماده ۴۳۵ - خیار عیب بعد از علم به آن فوری است...

با توجه به مُفاد مواد قانونی بالا و آگاهی یافتن شما از عیب یاد شده ضروری است با ارسال یک اظهارنامه قانونی برای فروشنده وجود عیب مخفی در زمان عقد بیع را به او اعلام کرده و تصمیم خود مبنی بر فسخ قرارداد یا مطالبه مابه التفاوت را به اطلاع او برسانید. سپس اگر تصمیم بر فسخ داشتید دادخواستی تحت عنوان تنفیذ فسخ بیع به سبب خیار عیب را در دادگاه حقوقی و به طرفیّت فروشنده مطرح کنید. اما اگر انتخاب شما اخذ مابه التفاوت باشد باید دادخواستی به همین عنوان (اخذ مابه التفاوت یا ارش) را به شورای حلّ اختلاف بدهید. در هر حال لازم است در هر یک از این دعاوی نظریه کتبی کارشناس رسمی دادگستری مبنی بر تعویض قسمت عقب اتومبیل و اظهارنامه‌ای که برای فروشنده ارسال شده ضمیمه پرونده گردد. مرجع صالح به دادخواست شما رسیدگی کرده و در صورت وجود شرایط قانونی به نفع شما حکم خواهد داد. برای کسب نظریّه کتبی کارشناس هم می‌توانید ضمن تقدیم دادخواست از دادگاه و یا شورای حلّ اختلاف تعیین کارشناس را تقاضا کنید.

خانواده و مهارتهای زندگی
خانم بهاره شیروانی
دانشجوی دکترای روانشناسی
مهارتهای زندگی و فرزندپروری
مشاوره تلفنی روزهای چهارشنبه
از ساعت ۱۰ تا ۱۲

چطور بدانم که افسرده هستم؟

سوال: بنده مردی متاهل و دارای دو فرزند دختر و پسر و کارمند هستم که مدتی است در کنترل اختلافهای خانوادگی دچار مشکل شده‌ام و احساس می‌کنم دیگر نمی‌توانم بخندم! و این در حالی است که گاه و بیگاه بر اثر مسایل کم اهمیت دچار بغض می‌شوم و دوست دارم گریه کنم و افکار منفی لحظه‌ای راحتم نمی‌گذارد و در تنهایی با خودم حرف می‌زنم و از آنجا که احساس می‌کنم این علایم به بیماری افسردگی بسیار نزدیک است می‌خواستم بدانم علایم افسردگی چیست و چطور می‌توانم با آنها مقابله کنم؟

منصور ـ الف ـ کرج

فرد افسرده چه افکاری دارد؟

پاسخ: عوامل متعددی سبب ایجاد حالت افسردگی در افراد می‌شود ولی فرد افسرده باید علایم افسردگی مثل؛ غم و انده، بی‌حوصلگی، نداشتن امید به آینده، احساس خستگی، گریه کردن زیاد، احساس شکست و نداشتن انرژی در برای انجام کار را برای مدتی داشته باشد البته این علایم مرتباً تکرار می‌شوند و در کار و زندگی فرد افسرده مشکل ایجاد می‌کند. حال به تشریح و ارائه راه حل برای این افکار می‌پردازیم:

۱ - وابستگی غیر واقع بینانه به دیگران: افراد افسرده عزت نفس خود را به شدت وابسته به تایید دیگران می‌دانند و با کوچکترین انتقادی احساس پوچی و بی ارزشی می‌کنند. در حالیکه باید یاد بگیرند احساس رضایت و ارزشمند بودن را در خود تقویت کنند.

۲ - بر خوردار نبودن از سیستم حمایت اجتماعی: افراد افسرده معمولا گوشه گیر و منزوی هستند. پس باید یاد بگیرند که مهارت‌های اجتماعی مناسبی با دیگران داشته باشند.

۳ - استرس در روابط نزدیک: افراد افسرده معمولا در روابط بین فردی خود و گاهی در خانواده استرس دارند که در این مورد آموزش مهارتهای فرزندپروری و یا ارتباط موثر در خانواده‌ها موثر است.

۴ - سبک تفکر افسرده ساز: فرد افسرده اشتغال ذهنی منفی پیرامون مسایل و موضوعات دارد بدون اینکه سعی کند مهارتهای لازم را برای مقابله بیاموزد.

۵ - کمال گرایی افراطی: افراد افسرده بر کامل و بی نقص بودن خود اصرار دارند و چون چنین چیزی دور از واقعیت و خیلی مشکل است پس خود را بی‌ارزش و بی کفایت و زندگی خود را بیهوده می‌دانند.

۶ - کنترل بیرونی: افراد افسرده فکر می‌کنند که رویدادها و اتفاقاتی که در زندگی شان می‌افتد خارج از کنترل آنهاست و آنها نمی‌توانند تغییری در آنها ایجاد کنند. ولی فکر نمی‌کنند ممکن است خودشان تلاش کافی را نکرده باشند.

نتیجه گیری: مجموعه عوامل و افکار که ذکر شد سبب می‌شود که فردی افسرده در چرخه‌ای از غمگینی و ناامیدی باقی بماند بنابر این برای بهتر شدن حال فرد افسرده باید سعی کند مهارتهای لازم را برای بهبود زندگی‌اش یاد بگیرد و سعی کند به افکار منفی خود فکر نکند.

طب سوزنی
آقای دکتر بیژن عمویان
مشاوره پزشکی، ترک اعتیاد
مشاوره تلفنی دوشنبه‌ها از ساعت ۱۳ تا ۱۴:۳۰
مشاوره حضوری با تعیین وقت قبلی

شماره مشاوره تلفنی: ۲۹۹۹۳۲۳۸
مشاوره حضوری با تعیین وقت قبلی

روانشناس بالینی
خانم محبوبه یلان
مشاوره پیش از ازدواج، زوج درمانی و مشاوره فردی
مشاوره تلفنی یکشنبه ها از ساعت ۱۰ تا ۱۳

حقوقی
آقای اکبر خوبکردار
وکیل دادگستری
مشاوره تلفنی شنبه ها
از ساعت ۱۴/۳۰ تا ۱۵/۳۰

تحصیلی
آقای علی نظیف
کارشناس مشاوره تحصیلی از پایه تا کنکور
مشاوره تلفنی دوشنبه ها از ساعت ۱۰ تا ۱۱
مشاوره حضوری با هماهنگی قبلی

حقوقی
خانم الهام سادات طباطبایی
وکیل پایه یک دادگستری
کارشناس ارشد حقوق خصوصی
مشاوره تلفنی یکشنبه‌ها
از ساعت ۱۴ تا ۱۵

سمیه داوودبیگی
beigi_somayeh@yahoo.com

آیا خدا با بندگان خود سخن می‌گوید



روزی خواجه حسن مودب شنید که عارفی بزرگ به نام ابوسعید ابوالخیر به نیشابور آمده و منبر می‌رود و موعظه می‌کند و از فکر و دل اشخاص خبر می‌دهد . خواجه حسن مودب که یکی از مخالفین اهل عرفان بود و پول و ثروت دنیا او را مست کرده بود ؛ این سخنان را باور نمی‌کرد و آنها را غیر واقعی می‌دانست، لذا از سر کنجکاوی به مجلس ابوسعید رفت و به سخنانش گوش داد؛ ناگهان سائلی برخاست و گفت: کمکم کنید لباس ندارم .ابوسعید از مردم کمک طلبید و باز خواجه مودب با خود فکر کرد:"خوب است لباس خود را به او بدهم" و دوباره فکر اولیه بر او غلبه کرد که این لباس گرانقیمت است و... تا سه بار سائل کمک خواست و این فکر مدام به مودب خطور کرد.

پیر مردی که کنار خواجه مودب نشسته بود از ابوسعید پرسید: "آیا خدا با بندگان خود سخن می گوید؟"

ابوسعید گفت:"بله!صحبت می کند.در همین ساعت؛ خداوند به مردی که پهلوی تو نشسته است سه بار فرمود این لباس را به سائل بده ولی او گفت این لباس خیلی گرانقیمت است و آن را نداد."

شیخ حسن مودب که این سخن بشنید لرزه بر اندامش افتاد و برخاست و پیش شیخ رفت و بوسه بر دست شیخ زد و بی‌درنگ لباس خود را به آن سائل داد و در زمره ارادتمندان شیخ قرار گرفت.

آیا تاکنون شما نیز متوجه ندای خداوند شده‌اید؟

فرایندها مهمتر از نتایج



در یک کارخانه آمریکایی تولید کننده موتورهای جت، یک موتور معیوب تولید شده است که پره توربین آن دارای یک تَرَک است.موتور باید امروز تحویل داده شود و شش مهندس سعی می کنند آن را رفع نقص کنند.

در یک کارخانه ژاپنی مشابه که «فرایند مدار» است نیز همین اتفاق می افتد.ولی در کارخانه ژاپنی کسی دنبال تعمیر و بازسازی موتور نیست. درعوض ۶ مهندس به دنبال این هستند که علت ایجاد تَرَک در پره توربین را در مراحل اولیه شناسایی و استخراج کنند.

این مثالی از بهبود فرایند است که در آن در یک سازمان به جای تمرکز و توجه بر روی محصول نهایی به فرایند تولید توجه می شود.

در درازمدت چنین دیدگاهی باعث بهبود کیفیت می شود.

خدایا مرا دوست داشته باش



یک عمربه خدا دروغ گفتم و خدا به خاطر دروغهایم مرا تنبیه نکرد. می‌توانسته اما مرا رسوا نکرد و مرا مورد قضاوت قرار نداد!...هرچه خواستم عطا کرد. اما من هرگز حرف خدا را باور نکردم.

وعده هایش را شنیدم اما نپذیرفتم. چشمها و گوشهایم را بستم تا خدا را نبینم و صدایش را نشنوم .من از خـــدا گریختم بی‌خبراز آن که او با من و درمن بود!می خواستم کاخ آرزوهایم را آنطور که دلم می‌خواست بسازم نه آنگونه که خدا می‌خواهد. به همین دلیل معمولاً ساخته هایم ویران شد و زیر خروارها بلا ومصیبت ماندم.ازهمه کس کمک خواستم اما هیچ کس فریادم را نشنید و یاری‌ام نکرد.با شرمندگی فریاد زدم:

خدایا اگر مرانجات دهی، اگر ویرانه‌های زندگی‌ام را آباد کنی با تو پیمان می‌بندم هرچه بگویی همان را انجام دهم!

درآن زمان خدا تنها کسی بود که حرفهایم را باورکرد و مرا پذیرفت. نمی‌دانم چگونه اما در کمترین مدت نجاتم داد.

گفتم: خدای عزیز چه کنم تا محبت و لطف بی‌حد تورا جبران کنم؟

گفت: هیچ. فقط عشقم را بپذیر و مرا باور کن و بدان درهمه حال در کنار تو هستم. گفتم: خدایا عشقت را پذیرفتم و ازاین لحظه عاشقت هستم.

سپس به ساختن کاخ رویایی زندگی‌ام ادامه دادم.اوایل کارهر آن چه ازاو می خواستم فراهم می‌شد، اما ازدرون خوشحال نبودم !نمی شد هم عاشق خدا شوم وهم به نظرات او بی‌توجه!... پس او را فراموش کردم تا راحت‌تر به آن چیزهایی که می‌خواهم برسم!

برای ساختن کاخ رویایم از رهگذران کمک می‌خواستم.

آنان که خدارا می‌دیدند سری از تاسف تکان می‌دادند و رد می‌شدند و آنها که جز سنگهای طـلایی قصـــرم چیزی نمی‌دیدند به کمکم آمدند تا آنها نیز بهره‌ای ببرند که همانها در آخر کاراز پشت خنجرها زدند و رفتند!

همان گونه ازمن گریختند که من از صدای خدا و وجدانم!

ناامید ازهمه جا دوباره خدا را خواندم. کنارم حاضر بود!

گفتم: دیدی بامن چه کردند؟!آنان را به سزای اعمالشان برسان...

گفت: تو خودت آنها را به زندگی‌ات فراخواندی!

ازکسانی کمک خواستی که محتاج‌تر از هر کسی به کمک بودند.

گفتم: مرا عفو کن. من تورا فراموش کردم و به غیرتو روی آوردم.اگردستم بگیری و بلندم کنی هرچه بگویی همان کنم.

بازهم خدا تنها کسی بود که حرفها وسوگندهایم را باور کرد.

نمی دانم چگونه اما متوجه شدم که دوباره روی پای خود ایستاده ام.

گفتم: خدایا چه کنم؟...گفت: هیچ. فقط عشقم را بپذیر و مرا باور کن و بدان که همیشه در کنارت هستم. گفتم: چرا اصرارداری تو را باور کنم و عشقت را بپذیرم؟...!گفت: اگر مرا باور کنی خودت را باور کردی. اگرعشقم را بپذیری وجودت آکنده ازعشق می‌شود. آن وقت به آن لذت عظیمی که درجست وجوی آنی می‌رسی و دیگرنیازی نیست که خود را برای ساختن کاخ رویاهایت به زحمت بیاندازی! دیگرچیزی نیست که تو نیازمند آن باشی و به خاطر آن از من روی گردانی.

وقتی عاشقم شدی و باورم کردی به آنچه می گویم عمل می کنی زیرا درستی آنها را باورداری وسعادت خود را در آنها می‌بینی!

زندگی کردن بدون برخی از چیزهایی که می خواهید، بخش ضروری شادمانی است

●برتراند راسل

تهیه: مجید شادمان نژاد
تنظیم و نگارش: سیده فریبا زواره‌ای (یمانی)
fariba_zavarei@yahoo.com
همراه: ۰۹۳۳۹۵۵۸۰۹۴

عاقبت عشق های بچگانه

این هفته: ندامتگاه قصر

پسر قد کوتاهی داشت. شلوار کردی گشادی که به پا داشت قدش را کوتاهتر هم نشان می‌داد. تی شرت مشکی آستین کوتاهش، رنگ و رورفته بود. اند ک ته ریش صورتش با موهای نامرتّب و کمی هم ژولیده‌اش نشان می‌داد که حال و حوصله چندانی ندارد. روبرویم که نشست بغض کرد وبعد خلاصه گفت که چطور زندگی‌اش دستخوش حوادثی شده که از روی جوانی و ناآگاهی خودش مسبب به وجود آمدن آنها شده. پرسیدم برای مصاحبه آمادگی و رغبت دارد؟ سرش را تکان داد و با حسرت گفت:

ـ بله. شاید چهار جوان مثل من مصاحبه‌ام را بخوانند و اشتباه مرا تکرار نکردند. زندگی بالا و پایین زیاد دارد. فکر نکنیم اگر امروز خطایی کردیم و رفتیم، فردا کسی جلویمان را نمی گیرد! مطمئن باشید قبل از مُردن، همین جا تاوان همه کارهایمان را پس می‌دهیم. همانطور که برای من اتفاق افتاد ممکن است برای هر کسی هم اتفاق بیفتد.

من در یک خانواده کم جمعیت به دنیا آمدم. یک برادر دارم که هفت سال از من کوچکتر است و الان ۱۷ سال دارد. پدرم شغل آزاد دارد. خیّاط است. اهل یکی از شهرستانهای نزدیک تهران. مادرم اما تهرانی است و خانه دار. شرق تهران بزرگ شدم. حقیقت را بخواهید هیچ وقت، هیچ مشکلی در خانواده‌ام نداشتم. دوران کودکی و نوجوانی خوبی هم داشتم. سرگرم درس خواندن بودم و همان شیطنتها و تفریحات پسرانه. همه چیز خوب بود تا وقتی که پا به دوران جوانی گذاشتم. اینکه امروز من اینجا هستم برمی گردد به هفت ـ هشت سال قبل، زمانی که فقط ۱۷ سال داشتم. هنوز نه از زندگی چیز زیادی می‌دانستم و نه با مشکلات واقعی آن آشنا بودم. زندگی آرامی داشتیم. پدرم در خیّاطخانه‌اش کار می‌کرد و من در یک هفته نامه مشغول بودم. هم درس می‌خواندم و هم کار می‌کردم. وضع مالی‌مان بد نبود، اما دوست داشتم کار کنم و مستقل باشم. به قول معروف دستم در جیب خودم باشد. درآمدم هم بد نبود. زندگی‌ام روی یک خط صاف جریان داشت تا اینکه اولین جرقه عشق و عاشقی در من زده شد. دوستی داشتم که همسایه‌مان هم بود به واسطه این دوستی با خانواده همدیگر هم آشنا بودیم و به واسطه همسایگی روابطمان صمیمی تر هم بود.

گاهی که مجبور می‌شدم به خانه شان زنگ بزنم، بر حسب اتفاق گاهی مادر یا خواهرش یا دیگران تلفن را برمی‌داشتند و من با آنها هم صحبت می کردم و همین صحبتهای معمولی و احوالپرسی‌های رایج، باعث آشنایی بیشتر من و یکی از خواهرهای او شد. اعتراف می کنم که این احساس علاقه ابتدا از طرف من به وجود آمد. همه چیز از یک تلفن بی‌وقت شکل گرفت. آن روز من تماس گرفتم تا با برادرش صحبت کنم، اما متوجه شدم نه رفیقم منزل هست و نه بقیه. رفیق خواهرم آن روز تنها بود و این بهترین فرصت بود تا من بیشتر با او حرف بزنم. حرف زدن آن روز ما نهایتاً با اولین قرار بیرون تمام شد. من باید با او رودر رو حرف می‌زدم چون چیزهایی را که می‌خواستم بگویم، پای تلفن نمی‌شد. روز موعود رسید و من با دلهره و حتماً او با ترس سر قرار حاضر شدیم. من همان روز رک و راست و بدون هیچ دروغ و یا حتی مبالغه ای گفتم که مدتهاست به او علاقه دارم و این علاقه من هدفدار است و قصدم ازدواج است و اصولاً دلم نمی‌خواهد در عالم رفاقت و همسایگی به رفیق و همسایه‌ام خیانت کنم. گفتم اگر او هم دوست دارد با من ازدواج کند با من بماند وگرنه بهتر است از هم خداحافظی کنیم. او یک هفته وقت خواست و بعد جواب مثبت داد. وقتی من جواب مثبت را از او گرفتم، درس و کار را رها کردم ورفتم خدمت! دیپلمم را که گرفتم بلافاصله دفترچه آماده به خدمتم را گرفتم و رفتم پادگان. درحالیکه هم دوره‌ای هایم همه به فکر کنکور و ادامه تحصیل بودند من دریکی از شهرهای مرکزی در حال آموزش دیدن بودم. دوره آموزشی‌ام که تمام شد، تقسیم شدیم و از شانس خوب یا بد من، محل خدمتم تهران شد. با این حال چون گاهی اوقات غیبت داشتم، با یک ماه اضافه خدمت بعد از دو سال، ترخیص شدم. بعد از اینکه از خدمت برگشتم به پیشنهاد پدرم تا پیدا کردن شغلی با درآمد خوب، در همان خیّاطخانه پدری مشغول کار شدم و بعد تصمیم گرفتم برویم خواستگاری. من بنا به رسم و رسوم برای بار اول مادرم را به خواستگاری فرستادم. اما در همان

جلسه اول مادرش، به مادرم جواب رد داد. ولی من زیر بار نرفتم. نه برای دومین و سومین بار که حتی هفت ـ هشت مرتبه دیگر مادر و پدرم را برای خواستگاری فرستادم و هر بار هم آنها جواب "نه" شنیدند. بار آخر خودم هم، همراه پدر ومادرم رفتم و از مادر او پرسیدم که چرا با ازدواج ما مخالف است و او رک و راست گفت چون تو شغل درست و حسابی نداری، درآمد کافی نداری، خانه و زندگی و ماشین نداری، وقتی چیزی نداری ماروی چه حسابی دخترمان را به تو بدهیم؟ سعی کردم او را قانع کنم که من تازه از سربازی آمده‌ام فرصت دارم تا شغل خوبی پیدا کنم، اما جواب اصرارهای من کشیده‌ای بود که از طرف مادر او به گوشم زده شد لذا قید این وصلت را زدم.

بعد از آن تا پنج ماه هیچ خبری از او نداشتم. نه تلفنی نه دیداری. خودم را در مغازه پدرم حبس کرده بودم. فقط کار می کردم و تلاش داشتم تا آن موضوع را هم برای همیشه فراموش کنم. اگرچه واقعاً برایم سخت بود، اما چاره دیگری نداشتم. خودم را مجاب کردم که حتماً این دختر قسمت من نیست... پنج ماه از این ماجرا گذشته بود که یک روز دقیقا ساعت ۱۲ ظهر روز پنج شنبه، زمانی که پدرم در مغازه نبود، تلفن به صدا درآمد. من گوشی را برداشتم اما کسی که آن طرف خط بود تلفن را قطع کرد. پنج ـ شش دقیقه بعد دوباره تلفن زنگ خورد. وقتی گوشی را برداشتم صدای او را شنیدم که با ترس و لرز و تند و تند شروع کرد به حرف زدن. گفت که دلش برایم تنگ شده و می‌خواهد مرا ببیند. گفت چند دقیقه قبل



گریه و زاری، شکاف و رخنه گاه اندیشه اهریمنی خواهد شد

•بوعلی سینا

هم خودش زنگ زده بود، اما می‌ترسید حرف بزند. خلاصه کنم، از من خواست قرار بگذارم و همدیگر را ببینیم. اعتراف می‌کنم، در تمام این پنج ماه من سعی کرده بودم او را فراموش کنم، اما فراموشی یک چیز است، دلتنگی چیز دیگر. خود من هم دلتنگ او بودم. به هر حال وقتی اوخواست همدیگر را ببینیم من هم قبول کردم فقط به این امید که شاید راهی پیدا کنیم تا او بتواند خانواده‌اش را راضی کند ما با هم ازدواج کنیم و به این ترتیب ارتباط ما شروع شد. در تمام مدتی که ما با هم در ارتباط بودیم، من بارها و بارها گریه کردم، التماس کردم حتی سه مرتبه خودکشی کردم تا هم خودش و هم خانواده‌اش بفهمند که من چقدر او را دوست دارم. اما هیچکدام از کارهای من فایده‌ای نداشت چون خانواده او همچنان روی حرف خودشان بودند. البته من دیگر به خواستگاری‌اش نرفتم، چون شرطم این بود این بار او اول باید خانواده‌اش را راضی کند و مطمئن باشد جواب مثبت به ما می‌دهند و بعد من پدر و مادرم را برای خواستگاری بفرستم. در همین اثنا یک روز با یکی از دوستانم در مورد او حرف زدم. دوست صمیمی که همه درد دلهایم را به اومی گفتم. آن روز دوستم به من گفت ببین فلانی، اگر این دختر هم واقعا تو را می‌خواست به هر ترتیب شده بود، خانواده‌اش را راضی می‌کرد، پس او به اندازه‌ای که تو عاشقش هستی و او را دوست داری تو را نمی‌خواهد. بعد برای اینکه به من ثابت کند، جلوی خودم به عنوان مزاحم تلفنی به خانه آنها زنگ زد و طولی نکشید که با او قرار بیرون هم گذاشت و بدتر از همه و در کمال ناباوری من، او هم سر قرار حاضر شد و وقتی مرا دید، به گریه افتاد و شروع کرد به بهانه و توجیه که همینطوری رفته بود. بعد از این ماجرا، دلم خیلی شکست، حالا دیگر حتی اگر خانواده آنها هم راضی می‌شدند، این دل من بود که به این وصلت راضی نمی‌شد. با اینکه ماجرا تقریباً برای هر دو ما تمام شده بود، اما او هر از چندی زنگ می‌زد و مثلا حال و احوالپرسی می‌کرد. انگار نمی‌خواست آتش عشق من کاملاً خاموش شود و هر از چندی به خاکسترهای آن می‌دمید شاید دوباره شعله ور شود. من با اینکه آن عشق و علاقه سابق را به او نداشتم، اما چون اولین دختری بود که وارد زندگی‌ام شده بود، جواب تلفنهایش را می‌دادم و اندک امیدی داشتم که شاید خدا و روزگار و خانواده من و خودش خواستیم و این وصلت سر گرفت. تا اینکه مدتی بعد، یکی از دوستان پدرم به دیدنم آمد و گفت فلانی اگر قصد ازدواج داری همسر من یک خواهر دارد که خیلی خوب و نجیب و خانواده دار هستند. دختر خوبی است اگر می‌خواهی بیا ببین و صحبت کن، شاید که شما قسمت هم باشید. من که دیگر از او ناامید شده بودم، قبول کردم، اما دقیقاً نیم ساعت قبل از اینکه به خواستگاری برویم، به او زنگ زدم و گفتم من دارم می‌روم خواستگاری، اگر می‌تواند نظر خانواده‌اش را تغییر دهد و یا حتی می‌تواند از آنها چشم بپوشد و ما به دادگاه برویم و با گرفتن حکم رشد از دادگاه ازدواج کنیم، من بمانم. اما او گفت که نمی‌تواند نظر خانواده‌اش را تغییر بدهد و نمی‌تواند قید آنها را هم بزند و به من گفت بروم دنبال زندگی‌ام. به این ترتیب، من به این نتیجه رسیدم که راه ما از هم جداست.

ما به اتفاق خانواده به خواستگاری رفتیم ومن در همان جلسه اول در صحبت خصوصی که با دختر خانم داشتم، ماجرای خواستگاری قبلی‌ام را از اول تا آخر گفتم. گفتم چون نمی‌خواستم چند صباح دیگر با هزار و یک دروغ و دغل از زبان دیگران بشنود. او همه چیز را با دقت گوش داد و بعد هم گفت چون این ماجرا به گذشته من ربط دارد برایش اهمیت ندارد و مهم آینده است. بعد از آنکه با هم صحبت کردیم و به توافق رسیدیم خانواده‌ها هم نظر مثبتشان را اعلام کردند و خلاصه در همان جلسه اول نامزد کردیم.

دقیقاً یک هفته بعد از نامزدی‌ام، شغل خیلی خوبی پیدا کردم و درآمدم چند برابر شد. بلافاصله یک ماشین لیزینگی خریدم و بعد هم مراسم نامزدی خوبی گرفتم و نامزدم را عقد کردم. قرار شد دو سال بعد از عقد، ازدواج کنیم. در این مدت باید اقساط ماشین را پرداخت می‌کردم و کمی پول برای خانه و مراسم عروسی هم پس انداز می‌کردم و آنها هم جهیزیه دخترشان را جور می‌کردند.

از آن طرف با اینکه خانواده دختر قبلی از محل ما رفته بودند، اما همچنان برادرهایش گاهی به محل ما سر می‌زدند و متوجه شده بودند که زندگی من خیلی تغییر کرده و مطمئناً خبرها به گوش خواهرشان هم می‌رسید. دو سال به سرعت برق و باد گذشت و بالاخره ما روز عروسی را تعیین کردیم و تالار گرفتیم و کارت پخش کردیم و منتظر روز عروسی بودیم که...

یک روز دو مامور به محل کارم آمدند و مرا دستگیر کردند! وقتی به آگاهی رفتیم متوجه شدم "او" از من شکایت کرده که دو سال قبل به او تعرّض کرده و قول ازدواج داده‌ام و بعد زیر قول و قرارم زده‌ام! در حالیکه چیزی که می‌گفت دروغ محض بود، با این حال من باید ثابت می‌کردم دروغ می‌گوید. کار به پزشکی قانونی رسید. او را فرستادند پزشکی قانونی و مرا فرستادند بازداشتگاه. من ۱۵ روز زیر بازجویی بودم تا اینکه یک روز از خدا بیخبری گفت تو که چند روز دیگر عروسی‌ات هست هرچه می‌گوید تایید کن. نهایتاً با سند آزاد می‌شوی و بعد که ثابت شد این حرف دروغ بوده، پرونده‌ات بسته می‌شود و تمام. منِ از همه جا بی‌خبر هم قبول کردم به خیال آنکه می‌روم بیرون و عروسی‌ام را می‌گیرم و ادعای دروغ او هم اثبات می‌شود! اما زهی خیال باطل! اعتراف دروغ من رفت روی پرونده و قاضی روی آن حکم صادر کرد و ده سال حبس به من داد. باورم نمی‌شد. وقتی مرا کت بسته به زندان بردند، به فکر گرفتن وکیل افتادم! وکیل بعد از مطالعه پرونده و خواندن نامه‌های پزشکی قانونی که ثابت می‌کرد این خانم مورد هیچ تعرّضی قرار نگرفته، به حکم صادره اعتراض کرد و رای در دادگاه تجدید نظر شکسته شده، اما هنوز به من و وکیلم ابلاغ نشده، از طرف دیگر این خانم، از پا ننشسته و به سراغ همسرم رفته و به او هم دروغهایی گفته و متأسفانه ذهن همسرم را آنقدر آلوده کرده که همسرم می‌گوید نمی‌تواند این ماجرا را هضم کند. اینکه من با وجود تعرضی که به او نکرده‌ام، ده سال حبس گرفته باشم، اینکه بعد از نامزدی با این خانم رابطه داشته‌ام و هزاران دروغ دیگر که این دختر به همسر من گفته و از همه بدتر آنکه حتی خانواده‌اش در جریان شکایت اونیستند. وکیل من صلاح نمی‌داند که خانواده‌اش را در جریان بگذاریم و منتظر است روال پرونده طی شود تا بعد از اثبات کذب ادعاهایش، علیه او شکایت کنیم. واقعاً نمی‌فهمم چرا این کار را کرد. او همه چیز زندگی مرا نابود کرد. من اینجا به این نتیجه رسیده‌ام که عشقهای بچگانه عاقبتش همین است!

در پرانتز:

(متاسفانه این اولین بار نیست که روابط و دوستیهای خارج از عرف و اخلاق باعث به وجود آمدن مشکلات عدیده‌ای می‌شود. شاید اولین اشتباه این جوان از آنجا شروع شد که اولین قدم را به اشتباه برداشت. همان موقع که اولین درخواست ازدواجش را بدون حضور خانواده و در گوشه یکی از پارکهای شهر مطرح کرد و در حالیکه جواب مثبت گرفت که این پاسخ هیچ پشتوانه و تضمینی از طرف خانواده دختر نداشت. او روی جوابی که هیچ تضمینی نداشت درسش را رها کرد، یعنی فرصت زندگی بهتری را که به واسطه تحصیلات عالیه شاید می‌توانست داشته باشد از دست داد و به خدمت سربازی رفت، اما بعد از بازگشت با جواب نه غیر منتظره مواجه شد. اصرار و ابرامهای بی‌جهت او، باعث شد خانواده دختر همچنان مخالفت کنند چرا که شرایط تغییری نکرده بود. شاید اگر او به جای خواستگاری رفتنهای مکرّر، تلاش می‌کرد شرایطش را به شرایط مورد نظر خانواده دختر نزدیک کند، آن وقت تغییری هم در جواب می‌دید. اشتباهات بعدی او در ادامه دادن به این رابطه بی‌نتیجه و حتی به قول خودش خودکشی‌های مکرر پس از خواستگاریهای مکرر هم طبعا بی‌حاصل بود، چرا که باز هم هیچ تغییری در شرایط او ایجاد نشده بود. او این اشتباه را تا نیم ساعت قبل از خواستگاری از فرد دوم هم ادامه داد. اما از آن طرف وقتی شرایط او بعد از نامزدی‌اش تغییر می‌کند قطعا این تصوّر را در ذهن دختر اول به وجود آورد که حرفهای عاشقانه او همه دروغ بوده چرا که در طول مدت خواستگاری‌ها و خودکشیهای مکرّر او هیچ تلاشی برای تغییر شرایطش نکرده و حالا همه چیز ناگهان تغییر می‌کند. همین تصور غلط و اشتباه حس انتقام گیری را برمی‌انگیزد و تا آنجا پیش می‌رود که حتی بدون اطلاع خانواده‌اش، قید آبرو و خودش را می‌زند تا کام پسر عاشق را تلخ کند و همه اینها از همان اشتباه بچگانه اول شروع می‌شود. قطعا خشت اول کج بوده که نتیجه‌ای چنین تلخ به دنبال داشته است.)

پیامی برای آنها که بخشیدن را فراموش کرده‌اند

سوژه

کیانا نصرت زاده

کدورت دو برادر آنقدر زیاد شده بود که همسرم مرا تهدید کرده بود اگر کلمه‌ای با جاری‌ام صحبت کنم مرا طلاق می‌دهد.
بعد از ده سال زندگی اگر او را در خیابان می‌دیدم باید بی‌هیچ عکس العملی از کنارش رد می‌شدم.
اوضاع زندگیمان خیلی پیچیده شده بود. مگر شهر ما چقدر بود؟ به اندازه یک کف دست... یک وقتهایی بهرام با من دعوا می‌کرد که چرا ساعتی بیرون رفته‌ام که با خانواده برادرش روبرو شده‌ام. انگار کف دستم را بو کرده بودم. زندگی برای همه سخت شده بود. به مادرشوهرم می‌گفتم. اما چاره‌ای نداشتیم. دو برادر از خر شیطان پایین نمی‌آمدند و این کدورت روز به روز قلبهایشان را تیره و کدر تر می‌کرد.
سه سال به همین وضع گذشت. خیلی‌ها سعی کردند وساطت کنند ولی نمی‌شد. تا اینکه خبر رسید بچه برادرشوهرم تصادف کرده و برای جرّاحی به تهران رفته... این خبر به گوش همسرم هم رسید اصرار کردم اجازه بدهد بروم خانه جاری‌ام و با او همدردی کنم ولی قبول نکرد. اما خبر رسیده بود که یکی را فرستاده خانه برادرش و مقداری پول هم کمک کرده بود ولی دلش نمی‌خواست این کمک به اسم خودش باشد.
وقتی خبر رسید که جرّاحی سختی در پیش است همه ما خیلی نگران شدیم. پسر ده ساله پایش له شده بود و حسابی به دردسر افتاده بود. همه می‌دانستیم که منصور برادر شوهرم نمی‌تواند از عهده این مخارج بر بیاید. از عهده ما هم برنمی‌آمد. خانواده همسر جاری‌ام هرچه در توان داشتند کمک کردند و برای شوهر من برخورنده بود که خودش هیچ چیزی برای کمک نداشت تا اینکه پیشنهاد کردم النگوهایم را بفروشم و پولش را بدهم به برادر شوهرم. با غم عجیبی پذیرفت. من سه تا النگو داشتم که آنها فروختم و دادم به جاری‌ام. او از این کار من خیلی متاثر شد و های های گریه کرد. بالاخره بچه به شهرمان برگشت. خوشبختانه در آخرین لحظات نظر دکترها عوض شده بود و با بستن گچ قید جراحی را زده بودند.



...شوهرم تصمیم گرفت به مکه برود. باید از همه حلالیت می‌طلبید و از همه مهمتر باید با برادرش آشتی می‌کرد ولی آنقدر یک دنده بود که قبول نمی‌کرد...

چند روز بعد جاری‌ام به خانه ما آمد و سه تا النگوی من را با یک جعبه شیرینی پس داد. گفت رفته و النگوها را دوباره از طلافروشی خریده. از این کار من خیلی تشکر کرد و گفت شوهرش هم پیغام داده تا آخر عمر مدیونت خواهم بود.
النگوها را دوباره دستم کردم شوهرم که این ماجرا را شنید خیلی خوشحال شد و انگار این کوه یخی کم کم داشت آب می‌شد.
هفته بعد ولیمه‌ای برای سلامت بچه شان دادند و ما را هم دعوت کردند و برای اولین بار همسرم اجازه داد به خانه شان بروم. بعد از مدتها برادرشوهرم را دیدم. پیر شده بود و خسته بود اما با گشاده رویی با من برخورد کرد و این آغاز رفت و آمد بچه‌ها شد..
بعد از آن ماجرا بچه‌ها با دختر عموها و پسر عموها یشان بازی می‌کردند و گفت و گوهم داشتند. مادر شوهرم می‌گفت النگوهای من طلسم میان این دو برادر را شکست. تا اینکه شوهرم تصمیم گرفت به مکه برود. باید از همه حلالیّت می‌طلبید و از همه مهمتر باید با برادرش آشتی می‌کرد ولی آنقدر یک دنده بود که قبول نمی‌کرد. التماسش کردم ولی زیر بار نرفت. شب قبل از سفرش قسمش دادم و گفتم اگر با برادرت آشتی نکند زیارتش قبول نخواهد بود. گفتم جلوی در می‌ایستم و نمی‌گذارم برود و باید قبل از آن از برادرش حلالیت بطلبد.
در همین حین صدای در آمد و وقتی در را باز کردم دیدم برادرشوهرم با یک جعبه شیرینی دم در است. از دیدنش خیلی خوشحال شدم. بعد از چند سال دو برادر با هم روبرو شدند و همدیگر را بغل کردند و های های زدند زیر گریه. انگار نه انگار این سالها قلبشان را از کینه سیاه کرده بودند... بعد از یک ساعت آرام گرفتند. دو برادر با هم به فرودگاه رفتند. همه شهر انگار خوشحال بودند که این دو برادر با هم آشتی کرده‌اند ولی این خرسندی خیلی بلند مدت نبود. در حادثه منا همسرم دیگر به خانه برنگشت و ما برای همیشه او را از دست دادیم.
بعد از آن ماجرا برادرشوهرم مثل کوه بالای سر من و بچه‌ها هست و دینش را به عنوان یک عمو به نحو احسن انجام می‌دهد.
یک وقتهایی حسرت سالهای از دست رفته را می‌خورد که در آتش کینه سوخت و زمان را از دست داد و چقدر حرف نگفته با برادرش باقی مانده که فرصت گفتن آن از دست رفت...
دلم می‌خواست داستان زندگی خودمان را بنویسم تا هر کس بخشیدن را فراموش کرده همین امروز از جا بلند شود و به کدورتها پایان بدهد. شاید فردا دیر باشد.

شکایت کنندگان روز قیامت

از: ا.ح.درّی

در حدیثی نقل است که امام صادق (ع) فرمودند: سه چیز پیش خدای عزوجل شکایت کنند، مسجدی که در آن نماز خوانده نمی‌شود و دانشمندی که میان نادانان گرفتار است و قرآنی که به گوشه‌ای آویخته‌اند و غبار بر آن نشسته و آن را قرائت نمی‌کنند.
با توجه به حدیث فوق و اهمیت مفاهیم آن به شرح و توضیح آن می‌پردازیم:

مسجدی که در آن نماز خوانده نمی‌شود

در فرهنگ اسلام عزیز مومن باید همان گونه که خداوند را دوست دارد به خانه او که مسجد است عشق بورزد و هرگز با چشم مکان عادی به آن ننگرد. پیشوایان دین بخصوص ائمه (ع) با راهنمایی‌های خود کوشیدند تا این میل و کشش فطری رادر انسانها هرچه قوی تر و پرفروغ تر نمایند. پیامبر اکرم (ص) درحدیثی می‌فرماید:

در فردای قیامت هفت دسته‌اند که در سایه عرش الهی قرار می‌گیرند تاجایی که فرمود، مردی که علاقه زیادی به مسجدی دارد که وقتی از آن خارج می‌شود علاقه دارد مجدّداً به آن باز گردد.

اگر به حدیث بیان شده توجه کنیم، درمی‌یابیم که سخن از رفت و آمد به مسجد نیست، سخن از اشتیاق به مسجد و مهر ورزیدن به آن است .در حقیقت عشق و علاقه به مسجد از عشق به صاحب آن سرچشمه می گیرد از همین رو خداوند متعال در حدیث معراج به پیامبر خود می‌فرماید:ای احمد! هر کس ادعای دوستی مرا کرد حقیقتاً دوستدار من نیست جز آنکه مسجد را خانه و محل عبادت خود قرار دهد. در مورد همسایگان مسجد نیز در اسلام سفارشات زیادی شده است به طوری که اگر نماز خواندن در مسجد و حضور در آن برای غیر همسایه مسجد مستحب مؤکّد است. پیامبر خدا (ص) در حدیثی در این باره می‌فرماید: "**همسایه مسجد نمازش مقبول نیست مگر در مسجد.**" از طرفی دیگر همسایگان نیز بر مسجد حق و حقوقی دارند که باید از طرف متولّیان مساجد رعایت شود. متاسفانه امروزه برخی از متولّیان مساجد گاه با پخش مراسم از بلند گوهای قوی موجب آزار و رنجش همسایگان می‌شوند به طوری که خانه‌های اطراف مسجد که در سابق از رونق بسیار خوبی برخوردار بود امروز به علت همین مزاحمتهای خلاف شرع از رونق افتاده، اگر فردی می‌خواهد خانه‌ای برای سکونت انتخاب کند اگر کنار مسجد باشد راضی به خرید آن نمی‌شود.

عالمی که در میان جاهلان باشد

امیرالمومنین (ع) در مورد اندیشمندی که میان جاهلان گرفتار است می‌فرماید:

"ای کمیل! بدان که مردم سه دسته‌اند:
۱ـ عالم ربّانی
۲ـ طالب و آموزنده علم که از جهل و نادانی در راه نجات و رهایی یافتن است
۳ـ مردمانی کوچک وجاهل که هر آواز کننده‌ای را پیروی و با هر بادی به این سو و آن سو می‌وزند و از نور دانش، روشنی نطلبیده‌اند و به پایه استواری پناه نبرده‌اند. ای کمیل! علم بهتر از مال است چرا که علم تو را نگه می‌دارد و تو مال را نگاه می‌داری بخشیدن مال موجب نقصان می گردد و علم بر اثر بخشیدن فزونی می‌یابد و پرورده می‌شود. بزرگی به وسیله مال یا از بین رفتن آن از دست می‌رود. ای کمیل کسی که کمک کند دانشجوی دینی را، به راستی که انبیا را دوست داشته است و با انبیا خواهد بود و کسی که بغض و دشمنی با طلب علم داشته باشد پس به راستی که انبیا را دشمن داشته و جزای او جهنّم است.

قرآنی که غبار گرفته و خوانده نشود

قرآن کتابی است فرستاده شده از سوی خداوند که با اصالت تمام برای مسلمانان باقی مانده است که با پیش بینی‌های پیامبر (ص) و مراقبت و تلاش مسلمانان از دستبرد و تحریف محفوظ مانده است و برای استفاده از معارف و احکام دین سندی معتبر است. در حقیقت تمام هدفهای تربیتی و انسانی معنوی و مادی نزول قرآن در همین یک جمله جمع است (بیرون ساختن از ظلمتها به نور) از ظلمت جهل به نور و دانش، از ظلمت کفر به نور ایمان، از ظلمت ستمگری و ظلم به نور عدالت، از ظلمت فساد به نور صلاح. با این وجود و درک این همه فضیلت از سوی قرآن متاسفانه باز هم مشاهده می‌شود که مسلمانان گاهی نسبت به آن بی‌توجّهند. در حدیثی از پیامبر اکرم (ص) نقل است که می‌فرماید: دیر زمانی نخواهد گذشت که گرد بی‌مهری و بی‌توجهی مسلمانان بر روی قرآن خواهد نشست و آنان به همه امورات زندگی خود توجه دارند در حالی که نسبت به دستورات قرآن بی‌توجهند پس زمانی نخواهد گذشت که با همین غفلت و سرگرمی به دنیای پوچ و زودگذر خواهد شد.

در حدیث دیگری در این باره از معصوم (ع) نقل است که می‌فرمایند "بپرهیزید از قرآنی که در کنج خانه‌های خود قرار دهید و آن را قرائت نکنید چرا که در قیامت لب به سخن می‌گشاید در حالیکه شما را لعن و نفرین خواهد کرد" همچنین در حدیثی از صادق آل محمد نقل است که می‌فرماید اولین چیزی که در قیامت از بندگان حساب می‌شود نماز و قرآن است اگر مورد رضای خداوند قرار گیرد سایر اعمالشان قبول می‌شود و اگر مردود شود سایر اعمال نیز مردود می‌شود... کوتاه سخن آنکه خداوند ذکر خود را مایه اطمینان قلب و آرامش دل انسان بیان می‌کند و در دنیای امروز که آرامش دل گوهری است دست نیافتنی از طریق ذکر خداوند و تلاوت قرآن می‌توان آن را به دست آورد و سرمایه‌ای گرانمایه برای روز حساب ذخیره کرد. آنچنان که امیرالمومنین (ع) فرموده‌اند: با تلاوت قرآن خانه‌های خود را در دنیا نورانی و در آخرت در جوار ما بنا کنید. ■


پاسخ به مسائل شرعی از مقام معظم رهبری

پرسمان زندگی
احکام خمس

سؤال: فردی می‌خواهد برای اولین بار خمس اموالش را حساب کند، خانه مسکونی که نمی‌داند با چه مالی آن را خریده، چه حکمی دارد؟ در صورتی که بداند آن را با مالی که چند سال پس انداز شده خریده است، حکم آن چیست؟



پاسخ: خانه مسکونی یا سایر لوازم زندگی را اگر احتمال می‌دهد که شرعاً متعلق خمس نبوده (مانند ارث یا هبه) خریده باشد، چیزی از بابت خمس بر او نیست، ولی اگر یقین دارد آن را با کسب درآمد خود خریده است ولی نمی‌داند که آیا درآمد کسب را بین سال صرف خرید آن کرده است یا پس از پایان سال و پیش از پرداخت خمس درآمد، باید با یکی از وکلای مرجع خود مصالحه نماید و اگر یقین دارد خانه را از درآمد کسبی که چند سال پس انداز کرده است، پیش از پرداخت خمس آن خریده است باید خمس آن درآمد پس انداز شده را بپردازد و در مورد تنزّل ارزش پول احتیاط آن است با حاکم شرع یا نماینده آن مصالحه کند.

امر به معروف و نهی از منکر، دو واجب بزرگ است که واجبات دیگر به وسیله آنها برپا می‌شود
● امام باقر (ع)

ماجراهای خواستگاری

کورش کاشانی

شکر که لیلا را از دست ندادم

...چند روز بعد لیلا زنگ زد و از من خواست همراه او به نمایش بروم. راستش را بخواهید من اصلاً اهل تئاتر نبودم...

یکی از خواهرهایم لیلا را به من معرفی کرد. گفت دختر خوبی است و می‌توانم کنار او خوشبخت شوم!

همان هفته کت و شلوار پوشیدم و به خواستگاری رفتیم. واقعیتش این بود که من در همان لحظه اول که لیلا را دیدم اصلا از او خوشم نیامد. دختری لاغر اندام بود با پوستی سبزه و چشمهایی درشت.

جلسه معارفه کمی طولانی شد. خواهرم به نوعی با پدر لیلا همکار از آب در آمدند و کلی از این در و آن در صحبت کردند و در این میان موضوع من و لیلا هم در حاشیه قرار گرفت. کم کم ساعت گذشت و خواهرم ناگهان فهمید چقدر حرف زده و این مجلس به درازا کشیده شده است. همان شب قرار شد من و لیلا با هم چند جلسه‌ای بیرون برویم و بیشتر همدیگر را بشناسیم.

از خانه آنها که بیرون آمدیم به خواهرم گفتم من از این دختر خوشم نیامده و خودت یک کاری بکن که موضوع منتفی شود. خواهرم شوکه شده بود. از سیر تا پیاز زندگی کاری خودش را به پدر لیلا گفته بود و حالا برایش خیلی سخت بود که به یک بهانه‌ای بگوید من از دخترشان خوشم نیامده برای همین ملتمسانه از من خواست یک جلسه با لیلا بروم بیرون و بعد بهانه‌ای پیدا کنم و تکلیف این دختر بیچاره را هم روشن کنم.

چند شب بعد برای خوردن غذا با لیلا بیرون رفتیم. آنقدر مطمئن بودم که این آخرین شامی است که با لیلا می‌خورم که بی‌هیچ لایه پوشانی از زندگی خودم صحبت کردم. لیلا هم در کمال صداقت به من خیلی چیزها را گفت. جدا از موضوع



در پیچ و خم دادگاه

راشین مختاری

احساس می‌کردم روی ابرها راه می‌روم

دیگر برای عذر خواهی و ابراز پشیمانی دیر شده است. به احمد گفته بودم فقط و فقط از او صداقت می‌خواهم. نمی‌توانم خیانتش را ببخشم وقتی در زندگی او هیچ چیز کم نگذاشته بودم.

وقتی با احمد ازدواج کردم خیلی خوشحال بودم. شاید کمتر عروسی مثل من احساس می‌کرد روی ابرها با دنیایی از آرزوها راه می‌رود.

آمده بودم تا بهترین همسر برای احمد باشم. می‌خواستم خانه‌ای سرشار از آرامش برایش بسازم و بچه‌های قد و نیم قدی را بزرگ کنم که نمونه نداشته باشند. من آمده بودم تا در همه روزهای سخت در کنار همسرم باشم. با قناعت و تدبیر برایش زندگی بسازم. آمده بودم تا همه توانم را برای خوشبختی هر دویمان بگذارم.

برای این کار هزار برنامه داشتم. فقط یک رویا نبود. عزمم جزم بود.

از بچگی شاهد ندانم کاریهای پدر و مادرم بودم. مادرم یک زن همیشه ناراضی بود و پدرم مرد همیشه خسته. روزهای سخت چند برابر سخت‌تر می‌شد چون هیچکدام از آنها تدبیر نداشتند. وقتی تصمیم گرفتم در رشته روانشناسی درس بخوانم فقط و فقط به این خاطر بود که راه و رسم درست زندگی کردن را یاد بگیرم.

همه سعی خودم را می‌کردم تا قبل از آمدن احمد به خانه بچه را بخوابانم تا مبادا با سر و صداهایش خسته شود. مبادا اندکی از استراحتش کم شود و...



یکی از دوستانم احمد را به من معرفی کرد. روزهای آخر دانشگاه بود. باید برمی‌گشتم به همان خانه‌ای که گرد مرگ روی آن ریخته بودند. ازدواج با احمد این امکان را به من می‌داد که تهران بمانم و بتوانم کارشناسی ارشدم را هم بخوانم. احمد تازه سر کار رفته بود ولی امید زیادی به پیشرفتش بود. می‌دانستم سقفی بالای سرم خواهد بود و همسری قابل خواهم داشت در عوض این امکانات می‌خواستم بهترین همسر برای او باشم.

با کمترین توقع با او ازدواج کردم. احمد سخت کار می‌کرد و من هم سعی می‌کردم در خانه تنش نداشته باشیم. مرد سختگیر و مستبدّی بود. دلش نمی‌خواست من را در امور مالی زندگی شریک کند. من هم حرفی نداشتم. بی‌هیچ اعتراضی همان میزان خرجی را که به من می‌داد هزینه می‌کردم. دو سال بعد از ازدواجمان بچه دار شدم. یک بچه بیش فعال که حسابی خسته‌ام می‌کرد. همه سعی خودم را می‌کردم تا قبل از آمدن احمد به خانه بچه را بخوابانم تا مبادا با سر و صداهایش خسته شود. مبادا اندکی از استراحتش کم شود.

احمد در کنار من آرامش مطلق داشت. بچه

ازدواج، مصاحب خوبی بود. تازه فهمیدم که لیلا در دانشگاهش شاگرد اول است و بی‌برو برگرد در مقطع فوق لیسانس قبول خواهد شد.

آن شب گذشت بدون اینکه یک کلمه در مورد آینده صحبت کنیم. از مصاحبت با لیلا لذت برده بودم ولی هنوز مصمّم بودم که نمی‌خواهم با او ازدواج کنم. حالا نه خواهرم حاضر بود این موضوع را مطرح کند و نه خودم. هردوی ما در موقعیت بدی قرار گرفته بودیم.

چند روز بعد لیلا زنگ زد و از من خواست همراه او به نمایش برویم. راستش را بخواهید من اصلاً اهل تئاتر نبودم ولی فکر کردم این بهانه خوبی است که دوباره با او بیرون بروم و وجوه متفاوتی پیدا کنم و همان را بهانه و ماجرا را تمام کنم.

تئاتر در مورد آغاخان قاجار بود و شروع پادشاهی‌اش. آنقدر جالب بود که تا مدتها از ذهنم خارج نمی‌شد و کلی از لیلا تشکر کردم که مرا به این تئاتر دعوت کرده..

دیگر با هم تماسی نداشتیم. حالا نوبت من بود که قراری بگذارم اما من هیچ بهانه‌ای پیدا نکرده بودم و بر خلاف تصورم دلم برای لیلا تنگ هم شده بود. نمی‌دانم چطور و از کی از او خوشم آمده بود. دختری که از هر لحاظ برازنده بود و من نمی‌دانستم چرا نمی‌خواهم او زن من شود در حالی که دلم می‌خواست هر روز به یک بهانه‌ای با او بیرون بروم. بالاخره دل به دریا زدم و قرار گذاشتم یک روز تعطیل با هم به کوه برویم. لیلا هم قبول کرد. آنجا بود که بعد از یک کوهنوردی نفس بر حس کردم عاشق این دختر شده‌ام. حالا به نظرم آن چشمها نافذ و آن رنگ پوست دلچسب‌ترین رنگها بود. به خود لیلا هم گفتم که در قلبم حس می‌کنم عاشق شده‌ام. لیلا اما از من خواست باز هم به هم فرصت بدهیم تا بهتر همدیگر را بشناسیم. حالا فهمیدم که شاید من مورد قبول قرار نگیرم.

حال بدی داشتم. روزی نبود که به لیلا زنگ نزنم و از او جواب مثبت را نخواهم.

درست دوماه گذشت تا بالاخره لیلا بله را گفت. آن هم در وضعیتی که من شیفته شخصیت او شده بودم. من عاشق شده بودم و...

مراسم عقد و عروسی به سادگی برگزار شد و حالا بیش از هفت سال است که با هم زندگی می‌کنیم و همیشه خدا را شکر می‌کنم که لیلا را از دست ندادم. او زنی مهربان، مادری تلاشگر و همسری دوست داشتنی است... ■

را بر اساس اصول تربیتی بزرگ می‌کردم و احمد حتی کوچکترین کمکی به من نمی‌کرد. سعی می‌کردم عروس خوبی هم باشم. مراقب مادر شوهرم بودم و هر کاری از دستم برمی‌آمد برای خواهر شوهرها می‌کردم که مبادا کوچکترین کدورتی پیش بیاید. همین بود که همه از من راضی بودند و بارها و بارها احمد گفته بود که کنار من بهترین زندگی را دارد. شاید هرگز نمی‌دانست که من چقدر از رفتارهای مستبدّانه او غمگین می‌شوم ولی می‌گفتم بهتر است محیط خانه شاد باشد تا این که بخواهم خواسته‌هایم را مطالبه کنم. بعد از تمام شدن کارشناسی ارشدم شغل خوبی پیدا کردم ولی فقط به خاطر این که مبادا شبها از فرط خستگی نتوانم خانه را مرتب و تمیز نگه دارم و به امورات بچه و همسرم برسم کار را رها کردم. در عوض احمد سعی می‌کرد زندگی مرفّهی برای ما فراهم کند اما به سلیقه و صلاحدید خودش...

یک وقتهایی برایم هدیه می‌خرید از ته قلب خوشحال نمی‌شدم ولی چنان سپاسگزار بودم که انگار دنیا را به من داده‌اند.

در عوض خانه را عوض می‌کرد و به سلیقه خودش وسایل خانه را می‌خرید و من حتی نمی‌توانستم اظهار نظر کنم. دو تا ماشین توی خانه بود ولی من نمی‌توانستم سوار هیچکدام شوم. احمد دوست نداشت من رانندگی کنم. شاید باور نکنید در این ده سالی که با او زندگی کردم حتی یک بار هم اعتراض نکردم و دم نزدم.

ثمره این سالها همسری بود که روز به روز پیشرفت می‌کرد. کوچکترین تجربه‌ای از دردسرهای یک بچه بیش فعال نداشت. خانواده همسرم مرا خیلی دوست داشتند و پسرم بهترین مادر را داشت. من می‌دانستم که خوشبختی حد و مرز ندارد و هرچقدر کم توقع‌تر باشم بیشتر حسش می‌کنم. تا اینکه یک روز در تلفن همراه احمد پیامهایی را دیدم که متوجه شدم بازنی رابطه دارد. موضوع را بهش گفتم. او که هرگز ندیده بود من در هیچ موردی بگو مگو کنم اعتراض کرد که چرا موبایلش را برداشتم!

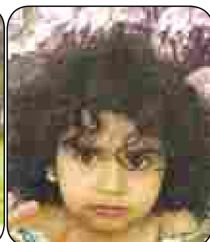
صبح روز بعد دست بچه را گرفتم و رفتم شهرستان. باورش نمی‌شد. فکر می‌کرد من همان زن مطیع و ساکت خواهم بود. به احمد گفتم این خط قرمز من بود و بارها و بارها گفته بودم که خیانت را نمی‌توانم ببخشم. من در این زندگی چیزی کم نگذاشته بودم و احمد این را نفهمیده بود. چند هفته گذشت تا عمیقاً درک کند که من برای طلاق مصمّم هستم. امروز موضوع حضانت بچه را بهانه کرد، گفتم بچه مال تو... شوکه شد.

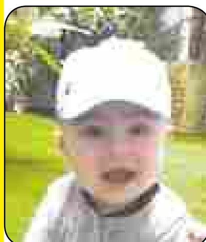
گفتم تا به حال نه شکایتی کردم و نه اعتراضی چون فکر می‌کردم همسرم شب و روز کار می‌کند برای آرامش و آسایش من و بچه. حالا که دنبال هوسرانیهای خودش رفته دیگر به آن خانه بر نمی‌گردم.

احمد هنوز باور نکرده اما دیگر برای همه چیز دیر شده... ■

شکوفه های زندگی


ماهور فرهانی ۳ساله-تهران


فاطمه افسری


علی اکبر حق پناه


رادین اسدیان


آتوسا عظیم پور

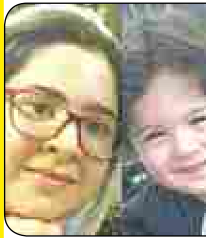

محمدجوادنوری


امیرحسین نوری


رونیکا ملکی


یلدانوری


ملیکا چوپانی


سوگل و مهیار مختاری

به زبانت اجازه نده قبل از اندیشه‌ات به راه افتد

● ناپلئون

پاورقی مستند

"آلبرت پودل" عزمش را جزم کرد و تصمیم گرفت رکورد طولانی‌ترین سفر دور دنیا را با ماشین بزند

دور دنیا در ۵۰ سال



نویسنده: آلبرت پودل

مترجم: مریم نیک‌پور
maryanikpour@gmail.com

۸۷

توهّم یک میلیون دلاری

خلاصه قسمت قبل: پودل و دوستش در موگادیشو سوار هلی کوپتر شدند تا گشتی بزنند و مناظر را تماشا کنند. آثار و بقایای سالها درگیری و جنگ هنوز در ساحل دریاچه لیدو و ویلاهای اطرافش مشخص بود ولی از زیبایی این دریاچه کم نمی‌کرد. بسیاری از مردم در کمپها زندگی می‌کردند و از امکانات بسیار پایینی برخوردار بودند با این حال به آینده امید داشتند و می‌گفتند موگادیشو به زودی ثروتمند می‌شود و روزهای پررونقی را تجربه خواهد کرد. چند مامور مسلح و آموزش دیده در این سفر پودل و دوستش را همراهی می‌کردند تا خطری آنها را تهدید نکند. پودل تنها به جوبا، پایتخت سودان جنوبی رفت. سودان جنوبی تازه استقلال یافته بود و روزهای پر از نشاط و هیجانی را تجربه می‌کرد. همه چیز حتی آزادی، رنگ و بوی تبلیغاتی و شعار داشت و مردم هم بدشان نمی‌آمد در این راه با دولت همراه و همگام شوند...

امیدهای واهی

در سودان جنوبی هنوز مشکلات زیادی وجود داشت که باید تک تک حل می‌شدند. به نظر من بزرگترینشان انتظارات دست نیافتنی زیادی بود که همراه با استقلال در مردم شکل گرفته و رشد کرده بود. چند کهنه سرباز را دیدم که دست یا پای خود را در جنگ از دست داده بودند که گاهی با افتخار و غرور و گاهی هم با خشم کارت شناسایی خود را نشان می‌دادند و از وضع زندگیشان ناله‌ها داشتند. آنها از قیمت بالای همه‌چیز، بیکاری و سرعت لاک پشت‌وار پیشرفت و بازسازی ناراضی بودند و شکوه داشتند. یکی از آنها با اصرار از من خواست دوربین را کنار بگذارم و عکس نگیرم. از من خواهش کرد بروم و دو سال بعد برگردم آن وقت شهری را نشانم خواهند داد که از تعجب دهانم باز بماند. این انتظارات نتایجی هم داشت که یکی از بامزه‌ترین آنها را از دانشجویی سال اولی دیدم. این دانشجو به من کمک کرد در هتل اتاق بگیرم. من هم برای تشکر او را به شام دعوت کردم. برنج بی‌مزه، سیب‌زمینی سرخ شده در روغنی که بارها مصرف شده بود، جوجه لاغر و استخوانی بدون سبزیجات... اما قیمت این شام، سه برابر تمام شام و ناهارهایی بود که در آفریقا خورده بودم. داشتم از آن جوان پرادعا می‌گفتم. می‌گفت سه سال دیگر فارغ‌التحصیل و در اداره‌ای استخدام می‌شود که ماهی ۳۰۰ هزار پوند سودان حقوق می‌گیرد. یعنی معادل یک میلیون دلار در سال! موقعیت را برای آن جوان خام شرح دادم و گفتم از کشور تازه استقلال یافته‌ای مثل سودان جنوبی نباید این همه انتظار داشته باشد و بهتر است بداند که بیش از ۶۰ درصد هموطنانش زیر خط فقر زندگی می‌کنند و روزانه کمتر از دو دلار درآمد دارند، آن وقت چطور ممکن است او چنین شغل پردرآمدی داشته باشد؟ جوان زیر بار نمی‌رفت. وضعیت درآمد و زندگی یکی از سخت‌ترین مشاغل سودان یعنی رانندگی مینی‌بوس را برایش توضیح دادم که آنها با هفت روز کار در هفته، فقط ۲۰۰ دلار درآمد ماهانه داشتند. اما او همچنان لجاجت می‌کرد که "بیشتر از تو از اقتصاد سر رشته دارم و برای اینکه به تو ثابت شود بیراه نمی‌گویم، برو و سه سال بعد برگرد." شاید ناتوانی این پسر جوان در عاقلانه اندیشیدن و استنتاج درست فقط مختص این کشور نباشد چون پیش از این بارها در کشورهای فقیر آفریقایی چنین مواردی را از نزدیک دیده بودم. به نظرم دهه‌ها فقر، گرسنگی، نبود امکانات بهداشتی و سلامت، تحصیل، مهارتهای ارتباطی این نتایج را رقم زده بود و شاید کاملاً هم طبیعی بود. فقر فرهنگی در این جوامع بیداد می‌کرد. برایتان مثالی می‌آورم. از این جوان دعوت کرده بودم ساعت ۷ عصر به هتل بیاید تا درباره مسائل اقتصادی با هم حرف بزنیم. اما هر چه منتظر ماندم خبری نشد. می‌گفت ساعت ۶ آمده و در اتاقم را هل داده اما چون باز نشده فکر کرده من هتل نیستم و قرار کنسل است. نمی‌دانم چرا به فکرش نرسیده بود در بزند یا از مسئول هتل سراغ من را بگیرد یا اینکه منتظر ساعت قرار بماند. برای استفاده از اینترنت ناچار بودم به هتل شماره یک بروم. راننده هتلی که در آن اقامت داشتم یعنی هتل شماره ۲، ساعت دو بعدازظهر من را به آن هتل رساند و قرار شد ساعت ۵ دنبالم بیاید اما هر چه منتظر ماندم نیامد. از مسئول پذیرش خواستم با هتل شماره ۲ که در واقع خواهر دوقلوی هتل خودشان بود تماس بگیرد و گفت شماره آن هتل را ندارد! باورتان می‌شود؟ هیچکدام از کارکنان، تلفن هتل شماره ۲ را نداشتند و سه ساعت طول کشید تا بالاخره موفق شدم ماشین بگیرم و خودم بروم. همانطور که گفتم در سودان جنوبی همه قیمتها چند برابر بود. در سودان هم مثل خیلی از کشورهای تازه استقلال یافته، اعضای سازمان ملل متحد یا "ان‌جی‌اُ"ها مشغول بودند. این افراد مثلاً برای یک شام معمولی ۶۰ دلار پرداخت می‌کردند آن هم در منطقه‌ای که بیشتر مردمش حتی پول نداشتند در ماه یک وعده غذای درست و حسابی بخورند. یا به جای کرایه ۱۰ سنتی مینی‌بوس، ۵ دلار می‌پرداختند و قیمتها را به صورت کاذب بالا برده بودند. این افراد به فروشگاهها می‌رفتند و هر چقدر که فروشنده می‌گفت پول می‌دادند و اصلاً دلیلش را هم نمی‌پرسیدند. فروشنده‌ها هم بدشان نمی‌آمد حالا که فرصت سوءاستفاده مهیاست، بهره ببرند.



هدیه ارزشمندی که یک صیاد سودانی از دریا گرفته بود

بدقولی یا ضعف حافظه؟

دو روز آخر اقامتم در جوبا خودم را آماده کردم که از مناطق خشک و بیابانی عربستان سعودی، یمن، اتیوپی، چاد، سومالی و سودان جنوبی به

تجربه بهترین درس است، هر چند که دستمزد آن گران باشد

● توماس کارلایل



نمونه‌ای از آرشیو مدارک اداری

زنان باید مسیری طولانی را می‌رفتند تا بتوانند آبی برای گذران زندگی پیدا کنند

جنگلهای مرطوب و ارتفاعات کوهپایه‌ای اوگاندا، رواندا و بوروندی بروم. همه وسایل و حتی لباسهایی را که قرار بود در جنگل بپوشم با ماده مخصوص آغشته کردم تا از شرّ حشرات موذی‌اش در امان باشم. شلوار مخصوص را پوشیدم که در ۱۰ سال گذشته با من به ۶۰ کشور سفر کرده بود. آماده کردن جعبه کمکهای اولیه و خوراکی‌های سبک اما مقوی و مغذی مرحله بعد کارم بود. و چون در هوای مرطوب جنگل هیچ چیز به این آسانی‌ها خشک نمی‌شود، تمام کارهای شست‌وشو را هم انجام دادم. بعد به نزدیکترین کافی‌نت رفتم تا به دوستانم پیام بدهم دلم برایشان تنگ شده و آرزو کنم تعطیلات کریسمس خوبی داشته باشند.

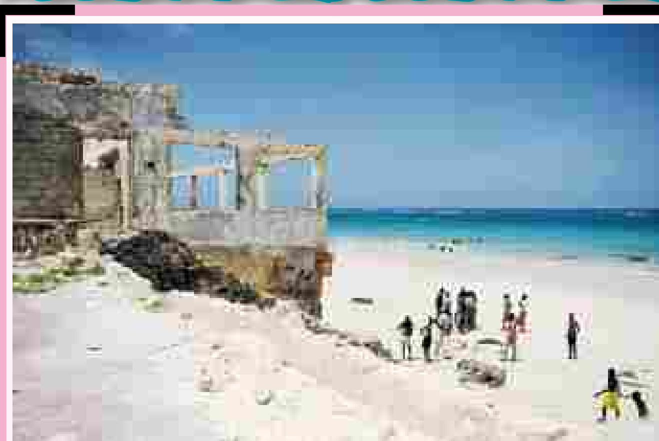
به راننده تاکسی که من را به کافی‌نت رسانده بود گفتم فردا می‌خواهم ساعت ۱۱ فرودگاه باشم و خواستم بیاید دنبالم بیاید. موافقت کرد اما هرگز سر و کله‌اش پیدا نشد. من که از قبل به چنین مساله‌ای برخورده بودم، به مسئول پذیرش هتل اعلام کردم که ممکن است به تاکسی هتل برای رفتن به فرودگاه نیاز داشته باشم. اما صبح آن روز وقتی یادآوری کردم کلاً منکر همه چیز شد. اولش فکر کردم سر به سر من می‌گذارد ولی کمی بعد متوجه شدم آدمهای آنجا فراموشکارند. آن خانم هم حرف دیروزم را فراموش کرده بود. گفتم خب، الان تاکسی کجاست؟ توضیح داد که برای شست‌وشو به نیل رفته و تا عصر برنمی‌گردد. می‌دانستم هر کدام از هتلهای دوقلو تاکسی مخصوص خودشان را دارند برای همین درخواست کردم برایم ماشین بفرستند اما گفتند ماشین خراب است. وقتی پرسیدم مشکل چیست و چرا خراب شده، گفتند گاز ندارد. و من دقیقاً نمی‌فهمیدم گاز ماشین تمام شده یا گاز منطقه جوبا یا کل کشور؟ صدایم را فقط اندکی بالا بردم و گفتم هر طور شده باید به فرودگاه برسم! مسئول پذیرش، همکارش، مدیر هتل و دربان به طرفم دویدند تا مشکلم را حل کنند اما نمی‌دانستند چطور کمک کنند. بالاخره یکی از آنها راه‌حل معقولی پیشنهاد کرد: "بهتر است تا فردا منتظر بمانید!" ای خدااا! خشم و عصبانیت از چهره‌ام مشخص بود. گفتم این همه مسافر با ماشین خودشان به هتل آمده‌اند، چرا از یکی از آنها نمی‌خواهند من را به فرودگاه برساند؟ هاج و واج به من خیره ماندند. در تمام عمرشان این کار را نکرده بودند و حاضر نبودند به خاطر من به این خفت تن بدهند. همان لحظه، آقایی با لباس رسمی و شیک و یک سامسونت بزرگ از لابی رد شد و به طرف ماشین رفت. دوان دوان جلو رفتم و از آقای شیک‌پوش و جنتلمن درخواست کردم اگر مقصدش فرودگاه است و مشکلی هم ندارد، مرا با خودش ببرد. غریبه گفت مشکلی نیست و با خوشرویی من را به مقصد رساند.

هر چیزی که درباره پروازهای اوگاندا شنیده بودم کاملاً با واقعیت مطابقت داشت. برای خروج اضطراری هیچ دری وجود نداشت. اصلاً اعلام نکردند اگر در پرواز با مساله و مشکلی مواجه شدیم باید چه کار کنیم و... فقط اعلام کردند که کمربندهای ایمنی را ببندید.

دیرم شده بود و باید به فرودگاه می‌رفتم وگرنه تا یک هفته دیگر پروازی نبود. هیچ ماشینی هم نبود که مرا به فرودگاه برساند. مدیر هتل پیشنهاد کرد امروز را بمان و فردا به فرودگاه برو

با اینکه به ندرت خطر می‌کردم و شب‌ها در شهرهای آفریقایی آفتابی می‌شدم، کامپالا با بقیه شهرها فرق داشت. بارها شنیده بودم که پایتخت اوگاندا، کمترین میزان دزدی و جرم و جنایت را در آمارها به خود اختصاص داده. من هم از فرصت استفاده کردم و تصمیم گرفتم بعد از مستقر شدن در هتل، مسیر آنجا تا شهر را کمی پیاده‌روی کنم. می‌خواستم به کافه‌ای درست و حسابی بروم و شب کریسمس را خوش بگذرانم. از راننده تاکسی که مرا به هتل می‌برد پرسیدم این منطقه شبها امنیت دارد؟ با قاطعیت جواب منفی داد. با خنده گفتم حتماً دزدها یک شب کریسمس را به مرخصی می‌روند و با ما کاری نخواهند داشت. راننده گفت اتفاقاً ممکن است شما طعمه مناسبی برای دزدها باشی. به خودم گفتم اصلاً چرا باید این وقت شب از خواب نازنینم بزنم و شب‌گردی کنم؟ همان بهتر که زودتر از شبهای دیگر به تختخواب بروم و گردش را به صبح موکول کنم.

وقتی به هتل رسیدم با اندرو تماس گرفتم. قرار بود در ادامه سفر با هم باشیم اما او در هتل شرایتون اقامت داشت و گفت بیمار است و می‌خواهد به خانه برگردد و نمی‌تواند بیشتر از این همراهی‌ام کند. فوری تلفن را قطع کردم و با اولین تاکسی خودم را به هتل محل اقامت اندرو رساندم. حال و روز بدی داشت. حتی بدتر از چیزی که توصیف کرده بود. خودش را کاملاً باخته بود و هیچ رنگ به رخ نداشت. من هم از دیدن اندرو در چنین وضعیتی واقعاً وحشت کردم.



سودان و مناطق مسکونی که در انتظار بازسازی بودند

ادامه دارد

ترجمه: سیروس گنجوی

جهنم سبز

۱۶

نوشته: خانم ویوین کانلی

خلاصه قسمت قبل:

"لانک مالون" جوان بلندقامت آمریکایی که در بخش خارجی تلویزیون کار می کرد، برای گذراندن مرخصی رهسپار جنوب فرانسه شد. در آنجا از یک دختر لهستانی تبار به نام "وندا" یک اتومبیل "دریم برد" کرایه کرد. اما هنگامی که قصد داشت با این اتومبیل یک کنتس ایتالیایی به نام "فرانچسکا" را ـ که نقاش باشهرت بین المللی بود ـ به زادگاهش برساند، پلیس مرزی، در صندوق عقب اتومبیل، جنازه یک دختر جوان را کشف کرد. این دختر با آمپول در زیر آب به قتل رسیده بود. پلیس "فرانچسکا" را آزاد کرد، اما او حاضر نشد "لانک" را تنها بگذارد. یک روز، "لانک" و "فرانچسکا" تصمیم گرفتند کار آگاه راقال بگذارند و دو تایی از روی کارتی که "وندا" قبلاً به "لانک" داده بود، برای یافتن این دختر به بالای کوه بروند. آنها از جاده های صعب العبور و پلهای چوبی نامطمئن عبور کردند و سرانجام موفق شدند "وندا" را در کلبه بالای کوه پیدا کنند. "لانک" از کیف او اسلحه کوچکی به دست آورد و حدس زد که او یک مامور مخفی است. با تهدید اسلحه، از او خواست که حقیقت ماجرا را برایش تعریف کند. "وندا" اعتراف کرد که مردی به نام "بارون ون بالن" که از همکاران مخفی او بود. مرتکب خیانت شده و در صدد کشتن او در زیر آب بر آمده است اما او توانست به موقع از مهلکه بگریزد. "وندا" پذیرفت که همراه "لانک" به دیدن بازرس "لاواندین" برود و اینک دنباله داستان...

"لانک" پرسید: "فرانچسکا" ماشین تو کجاست؟

پیش از آنکه او پاسخی بدهد، "وندا" گفت:

ـ اوه، اگر همگی تصمیم خود را گرفته‌اند، می توانیم با "دریم برد" به آن رستوران برویم. تو هم موافقی "ایگور"؟

ـ بله، گمان می کنم فکر خوبی باشد. در صورتی که "فرانچسکا" و آقای "مالون" هم موافق باشند...

"فرانچسکا" باز هم با خوشحالی گفت:

ـ اوه، چه عالی! پس همگی شام را با هم در رستوران "تاورن" می خوریم. غذاهای دریایی در کنار خلیج، حسابی می چسبد. موافقید برویم؟

"لانک" صورتحساب را پرداخت. زیر چشمی مراقب بازرس "لاواندین" بود. دید او هم حساب خود را پرداخت کرد و آماده رفتن شد. "لانک" مایل بود عمداً مدتی معطل کند تا "لاواندین" خود را به اتومبیلش برساند. این فرصت، به خودی خود فراهم شد. بارون "ون بالن" در حالیکه از آنها پوزش می خواست، ظاهراً وانمود کرد که قصد دارد به دستشویی برود. اما به جای این کار، به سرعت خود را به اتاقک تلفن رساند و شماره‌ای را گرفت و به شخصی که گوشی را برداشته بود گفت: **ما داریم با اتومبیل "دریم برد" به رستوران "تاورن" می رویم طرف، یک لباس ساتن به رنگ مروارید بر تن دارد و یک شال مشکی به شانه انداخته است. کلکش را بکن! مفهوم شد؟...** سپس گوشی را گذاشت و لبخند زنان به میان جمع باز گشت. لحظه‌ای ایستاد تا با یک شاهزاده سالخورده هندی چاق سلامتی کند.

"لانک" احساس کرد عجب دنیای بدون حقیقتی است. همه نقش بازی می کنند. او که چند روز پیش، پای پیاده به بالای تپه‌ای در "ویلفرات" رفته بود، اکنون در نزدیکی زیر دریاییهای خریداری شده از روسیه قرار داشت و می دانست اگر نقش خود را خوب ایفا نکند و سوءظنی را برانگیزد، هرگز پایش به کشتی تفریحی "پلوتانیوس" نخواهد رسید. از این گذشته، امکان داشت سرش را هم در این راه از دست بدهد. هنگامی که به اتومبیل "دریم برد" نزدیک شدند "لانک" نگاهی به "وندا" انداخت و پرسید:

ـ آیا اشکالی ندارد اتومبیل را من برانم؟ زمانی در "نیوجرسی" یکی از همین اتومبیلها را داشتم. رانندگی با آن خیلی لذتبخش است!

"لانک" ضمن گفتن این حرف، زیر چشمی نگاهی به "ایگور" انداخت. دید چهره‌اش در هم رفت. او چشمانش را به صندوق عقب اتومبیل دوخته بود و از این خیال که جسد "ماریا" هنوز در آنجا باشد، حالش دگرگون شد. اما به زودی بر خود مسلّط شد.

"لانک" با خوشحالی اتومبیل را در میان ترافیک شهر به راه انداخت. از توی آینه دید که اتومبیل "لاواندین" هم به فاصله‌ای، پشت سر او در حرکت است. همین طور، از توی آینه دید که "ایگور" در پشت آن نقاب فریبنده چهره‌اش، سخت در خود فرو رفته و مشغول فکر کردن است.

رستورانی که برای شام انتخاب شده بود، در کنار خلیج کوچکی در زیر تخته سنگهای ساحلی قرار داشت. مکان روشن و دلبازی بود که با تور ماهیگیری و فانوسهایی دریایی تزیین شده بود. صاحب رستوران که لباس دریانوردان را به تن داشت، با خوشرویی مقدم مشتریها را که غالباً مسافران هتلهای اطراف بودند و با قایقهای تندرو به آن مکان آورده شده بودند، گرامی می داشت. بیشتر کشتیهای تفریحی در اینجا لنگر می انداختند.

"لانک" همین که دید بازرس "لاواندین" و زن زیبای همراهش، سر میزی در نزدیکی آنها نشستند، با خوشحالی گفت: پسر، عجب جای تماشایی و جالبی است! این حسن انتخاب را باید مدیون "فرانچسکا" باشیم.

انواع و اقسام موجودات آبزی، در یک آکواریوم، زنده نگاه‌داشته شده بودند. این موجودات، سرمست و بی خیال در قفس شیشه‌ای خود در حال شنا بودند، اما نمی دانستند که لحظاتی بعد، طعمه انسانهای شکم پرست خواهند شد.

تنها نوای موسیقی، از جانب یک ماهیگیر شنیده می شد که لباس دزدان دریایی را به تن داشت و همراه با گفتار آواز می خواند.

"ایگور" به زبان اسپانیایی با نوازنده شروع به صحبت کرد، اما هنوز خیالش ناراحت بود. یکی دو بار، نگاه زودگذری به "وندا" انداخت. نمی دانست با جنازه آن دختر، "ماریا" چه کرده است؟ یقین داشت که تا این لحظه آن را از صندوق عقب اتومبیل بیرون آورده، وگرنه جنازه در هوای گرم تابستان، بوی تعفّن می گرفت. پس چرا هیچ واکنشی نشان نمی داد. او قصد داشت پس از کشتن "وندا" هر دو جنازه را با هم سر به نیست کند، اما "وندا" توانست سر بزنگاه خود را از چنگال مرگ برهاند و حالا انگار که هیچ اتفاقی نیفتاده بود، ساکت و آرام روبروی این قاتل سنگدل نشسته بود. اما نمی دانست که این مرد، برای سر به نیست کردن او نقشه تازه‌ای طرح کرده است... "وندا" در حالی که از دیگران پوزش می خواست، از جا برخاست تا برای مرتب کردن آرایش خود به دستشویی برود. دستشویی مختلط بود و قسمت زنانه و مردانه‌اش از هم جدا نبود. در همین هنگام چشمش به مرد تنومندی افتاد که گوشه‌ای نشسته و از زیر چشم، او را می پایید. چهره آن مرد میانسال، آنقدر آرام بود که هیچ سوءظنی را در او برنیانگیخت. بیشتر مردان میانسال همین طور بودند. دوست داشتند به دختران جوان و زیبا چشم بدوزند و آنها را هنگام حرکت، با نگاهشان تعقیبب کنند. "وندا" لبخندی زد و وارد دستشویی شد.

لحظه‌ای بعد، آن مرد به آرامی از جا برخاست و به سوی دستشویی راه افتاد. صدا خفه کن را قبلا روی تپانچه‌اش نصب کرده بود. فقط کافی بود در یک فرصت مناسب، ماشه را بچکاند.

هنگامی که آن مرد وارد دستشویی شد، "وندا" مقابل آینه ایستاد و در حال مرتب کردن وضع

ظاهری خود بود. بجز او هیچ کس در دستشویی نبود. آن مرد، بی‌سر و صدا خود را به چند قدمی پشت او رساند. در مکانی ایستاد که این دختر نتواند از آینه او را ببیند. دستش درون جیب، محکم اسلحه را می‌فشرد. همین که خواست آن را بیرون بکشد و با شلیک یک گلوله، کار "وندا" را یکسره سازد، از صدای پای دو نفر که به دستشویی نزدیک می‌شدند، کار را نیمه تمام گذاشت و خود را به درون یک توالت خالی انداخت. آن دو نفر، با گامهای استوار وارد دستشویی شدند و نگاهی به اطراف انداختند. فقط "وندا" جلوی آینه ایستاده بود که به آنها لبخند زد. بی آنکه سخنی بگوید، به سوی ردیف توالتها رفتند. از شکاف زیر در، وجود آن مرد ناشناس را در یکی از دستشویی‌ها شناسایی کردند. آن مرد، اسلحه به دست پشت در منتظر ایستاده بود تا آن دو نفر به داخل آبریزگاه بروند، سپس لای در را بگشاید و با خیال راحت، گلوله‌ای توی مغز "وندا" خالی کند. اما آن دو مرد که لباس مبدّل به تن داشتند، به داخل دستشویی‌های خالی طرفین او رفتند. درست زمانی که این جنایتکار می‌خواست در را بگشاید و کار را تمام کند، احساس کرد که غافلگیر شده است. آن دو مرد، تپانچه‌های خود را از بالای دیوار مشترک، به سوی او نشانه رفته بودند. با صدای رعب آوری که در آن فضای خالی، پژواک تهدید آمیزی ایجاد کرده بود گفتند: حرامزاده، اسلحه‌ات را بینداز و بی‌سر و صدا بیا بیرون!... در همین هنگام، بازرس "لاواندین" هم وارد توالت شد و "وندا" که متوجه خطر شده بود، مثل موجود بی‌دفاعی به او پناه برد.

"لاواندین" که یک کارآگاه کار کشته و حرفه‌ای بود، از همان لحظه نخست، متوجه حضور آن مرد ناشناس شده و به او ظنین شده بود. همین که آن مرد، درصدد تعقیب "وندا" برآمد، به دو تن از ماموران خود ـ که با لباس مبدّل در میان مشتریان رستوران نشسته بودند ـ اشاره کرد که به سوی دستشویی بروند و آن مرد را از زیر نظر بگیرند. و این دو نفر، همان ماموران او بودند. "لاواندین" دستور داد آن مرد تبهکار را بازداشت کنند و بی‌سر و صدا از در دیگری با خود بیرون ببرند.

پس از رفتن آنها، آهسته در گوش "وندا" گفت: مادموازل، ما دوست نداریم قتلهای جاسوسی در هیچ کشوری اتفاق بیفتد. "وندا" در حالیکه نگاه تشکرآمیزی به بازرس "لاواندین" می‌انداخت، خوشحال و سرحال، نزد دوستان بازگشت.

"ایگور ون بالن" حیرت زده لحظه‌ای به او چشم دوخت. از اینکه "وندا" را صحیح و سالم می‌دید، در دل، مامور دست و پا چلفتی خود را به باد ناسزا گرفت، اما امیدوار بود این مرد ـ که در ازای دریافت پول اجیر شده بود ـ همان شب در یک فرصت مناسب دیگر، شرّ این دختر مزاحم را از سر او خلاص کند. اما نمی‌دانست که این مرد تبهکار، بازداشت و برای بازجویی به اداره پلیس امنیت فرانسه برده شده است. "وندا" پیروزمندانه به او لبخند زد سپس، نگاه آمیخته به لبخند خود را متوجه "لانک" کرد. "لانک" و "فرانچسکا" نیز که نمی‌دانستند پشت پرده چه اتفاقی افتاده است. به لبخند او پاسخ گفتند!

در همین هنگام، "ایگور" که بر خود مسلط شده و آرامش خود را بازیافته بود گفت: آه، ملکه ماهم دارد می‌آید... همگی به سویی که او اشاره کرده بود نگریستند. کشتی تفریحی سفیدرنگ، در زیر نور مهتاب، مثل یک معبد یونانی باشکوه، بر روی دریا شناور بود. "لانک" با تحسین و تعجب ساختگی پرسید: این همان ملکه "لندورمینا" است که قبلا درباره‌اش صحبت کردید؟... "ایگور" سری تکان داد و زیر لب گفت: بله، ببینید چقدر زیباست.

به راستی زیبا بود و "لانک" نتوانست از تحسین این کشتی مجلل ـ که با وقار تمام به ساحل نزدیک می‌شد ـ خودداری کند!

"ایگور" گفت: "تانیوس" می‌خواهد لنگر بیندازد، یک ساعتی در اینجا خواهند ماند. شاید برای خوردن غذاهای دریایی، به ساحل بیایند. اما هنگامی که کشتی توقف کرد، قایقی به آب انداخته نشد... "فرانچسکا" در حالیکه خود را دلخور نشان می‌داد گفت: "ایگور" مثل اینکه آنها قصد دارند شام خود را روی عرشه صرف کنند. بنابراین، ما برای دیدن دوستت "تانیوس" همین طور این زنان زیباروی عرشه، باید تا صبح صبر کنیم!... "ایگور" با بی‌حوصلگی گفت: عزیز من، هیچ موجودی از لحاظ جذابیت به پای خود "تانیوس" نمی‌رسد. او یک آدم معمولی نیست و نباید درباره‌اش با این لحن صحبت کرد. حسابش از این بانوان جداست. او برای خودش شخصیت نام آوری است.

سپس به "لانک" رو کرد و افزود: آقای "مالون" یقین دارم شخص شما نام این مرد بزرگ را شنیده‌اید. "لانک" در حالیکه خود را همچنان شیفته نشان می‌داد گفت: پلو تانیوس؟ بله، شهرتش کاملا زبانزد است! مطبوعات درباره او بیشتر از "مریلین مونرو"ی فقید عکس و مطلب چاپ کرده‌اند. حدس می‌زنم آدم جالبی باشد. شنیده‌ام پولش از پارو بالا می‌رود و زندگی مجردی خوب و خوشی دارد. شایعات زیادی هم درباره او وجود دارد.

"ایگور" از این طرز قضاوت درباره "پلو تانیوس" خوشش نیامد. لبخند همیشگی بر لب آورد و گفت: عزیز من، صفات "تانیوس" تنها به این چند قلم که گفتی محدود نمی‌شود. او فقط برای خوشگذرانی پول درنمی‌آورد. کارهای سودمندتر از اینها انجام می‌دهد. کارهای عام المنفعه‌ای که خیرش به بشریّت می‌رسد. اصلا چرا باید اینجا بنشینیم و درباره او پیشداوری کنیم؟... سپس در حالیکه به گارسن اشاره می‌کرد تا صورتحساب را بیاورد گفت: ما قهوه خود را روی عرشه او خواهیم خورد. آقای "مالون" خودت قضاوت خواهی کرد که آن شایعات درباره این مرد صحت ندارد!

ادامه دارد

سواد رسانه‌ای چیست؟

این روزها خیلی‌ها با واژه "سواد رسانه‌ای" روبرو می‌شوند و دوست دارند که در مورد آن بیشتر بدانند، پس اگر شما هم جزو آن دسته‌ای هستید که دوست دارید سواد رسانه ایتان بیشتر شود با ما باشید.

ضرورت سواد رسانه‌ای: در یک تعریف بسیار کلی عبارت است از یک نوع درک متکی بر مهارت که بر اساس آن می‌توان انواع رسانه‌ها و انواع تولیدات آنها را شناخت و از یکدیگر تفکیک و شناسایی کرد هدف سواد رسانه‌ای ایجاد توانایی در افراد برای کنترل برنامه ریزی رسانه ای است زمانی که در بزرگراه‌های اطلاعاتی حرکت می کنید سواد رسانه‌ای می‌تواند به شما بگوید چه مقدار از وقتتان را مثلاً در چت رومها بگذرانید و از دیگر دستاوردهای سواد رسانه‌ای این است که استفاده مبتنی بر آگاهی و بافایده از بستر اطلاعات را تامین می کند و در مورد جنبه‌های سواد رسانه می‌توان به این نکات اشاره کرد؛

۱ ـ ارتقای آگاهی نسبت به رژیم مصرف رسانه
۲ ـ آموزش مهارت مطالعه یا تماشای انتقادی
۳ ـ تجزیه و تحلیل اجتماعی، سیاسی و اقتصادی رسانه‌ها که در نگاه اول قابل مقایسه نیست.

بنابراین اولین نکته در مورد سواد رسانه‌ای، توجه داشتن به میزان و نسبت مصرف از هر رسانه در رنگین کمان رسانه هاست پس توجه به این نکته که دیدن، خواندن و شنیدن عمدتاً باید از موضع انتقادی باشد و سومین نکته اینکه به نقش دست اندرکاران و مالکان رسانه هم توجه داشت.

در واقع این موضوع کالبد شکافی رسانه‌هایی است که هدفشان تامین رهبری فرهنگی ـ تعمیم فلسفه سیاسی و حفظ قدرتهایی است که خود این رسانه‌ها محصول آن هستند. البته باید افزود که هیچ کس با سواد رسانه‌ای زاده نمی‌شود و سواد رسانه باید پرورش یابد و این پرورش به کوشش خود افراد نیاز دارد؛ همچنین فرایند درازمدتی است که پایانی ندارد یعنی هرگز کسی به نقطه کمال سواد رسانه‌ای نمی‌رسد، مهارتها همواره ممکن است بهتر بشوند اما اگر پیوسته تقویت نشوند رو به ضعف و کاستی می‌نهند.

حسن گرامی



دوستان را در خلوت توبیخ کن و در جمع تحسین

● اسکار وایلد

عباس باباعلی ــ تهران

بچه‌های لب خط

"عباس باباعلی" نویسنده پر تجربه در کار و زندگی و داستان نویسی، با پشتوانه قریحه‌ای نیرومند و خلاق، در جهان داستانی خاصّ خود آهسته و عمیق می‌نویسد و به پیش می‌رود. می‌توان به تعبیری تحلیلی، داستانهای او را "متفاوت" و دست کم دولایه به جای آورد. داستان تازه او ــ "بچه‌های قطار" ــ در سطح اول موضوعی به ظاهر ساده را به شیوه‌ای کم و بیش دراماتیک، در روایتی موجز و سنجیده مطرح می‌کند. اما در لایه دوم که چند ساحتی است، عمق عاطفی و پنهان و پیچیده گوشه‌ای از مناسبات معلّق انسانی واکاوی می‌شود. "عباس باباعلی" در دوره یازدهم این مسابقه، با داستان درخشان "کمین" به عنوان نفر اول نویسندگان برتر شناخته و معرفی شده است.

"شانس آوردیم! شیشه‌ی کوپه‌ی ما سالمِه!.. حَواست بود؟ شیشه‌ی بیشتر کوپه‌ها با نقش تارعنکبوت شکسته. نمی‌شه ازپشتشون بیرون رونگاه کرد." چشم دوخته بود به کناره‌ی راه؛ دیوارها و خانه‌ها، کوچه‌ها، نرده‌ها و حصارها، آدمها و ماشینها، تیرهای چراغ برق... که از جلوی پنجره کوپه می گذشتند. عادت داشت دور و برش را نگاه کند و اگر به نظرش چیزی جالب می آمد، توی ذهنش، برای زنش تعریف کند:

"خونه‌هارومی‌بینی؟!اندازه‌قوطی کبریت‌اند!اون جارو...اون چرخ‌طوافی‌رو می‌بینی؟ چه‌جوری‌وارونه گذاشتندش روپشت‌بام‌اون‌خونه‌هه!حتماً صاحبش حالا با وانت میوه می‌فروشه، همه چیز رو ول کردند روپشت‌بومهاشون، به درد بخور، نخور... موتوری‌ها رو تو خیابون! چقدرزیادند؟ آدم یادِموتوری‌های دور وبر بازار می‌افته. یادته؟... اوه! اوه! اینجا رو نیگاه!چقدر پسر بچه!؟ می‌بینی؟ماشاالله!دارندواسه‌ی ما دست تکون می‌دن! براشون دست تکون بده!، این جوری.... می گم فخری، چی می‌شد یکی از این بچه‌ها مال ما بود؟"

یکدفعه صدای "گر...و...مپ..." پیچید توی کوپه. ناخودآگاه سرش را خم کرد توی سینه‌اش.منتظر بود چیزی آوار شود روی سرش که نشد. صدای گرومپ که رفت. وقتی دوباره، تنها صدای تِلق و تِلق حرکت قطار ماند، سرش را بالا گرفت. نگاه کرد. شیشه‌ی کوپه آنها هم شده بود مثل خانه عنکبوت.

"شانس آوردیم شیشه‌ها دولایه‌اند" این را مردِ جوانی که روبرویش سمت در کوپه نشسته بود گفت. آن هم به حالتی که معلوم نبود مخاطبش کیست. او یا هم کوپه‌ای دیگرشان، زنی که از موقع راه افتادن قطار، سرش توی مجله‌ای بود که داشت می‌خواند و حالا که سرش را آورده بود بالا، معلوم بود رنگش پریده، لابد از ترس یا صدای شکستن شیشه. کسِ دیگری هم که توی کوپه نبود. راست می گفت، ولی با این که شیشه‌ی داخلیِ پنجره سالم بود، اما نمی شد به خوبی قبل بیرون را دید. ناخودآگاه رو به مردِ جوان پرسید:

– چرا جلوی این حروم‌لقمه‌ها رو نمی گیرند؟

– کدوم حروم‌لقمه‌ها؟!

– همینها که سنگ می‌زنند به شیشه‌های قطار... فکر کنم چند تا شیشه‌ای هم که سالم بود، همین حالا شکستند!

– منظورتون بچه‌های لبِ‌خطه... مگه به این راحتی می‌شه جلوشون رو گرفت؟ سیم خاردار و حصارِ هم حریفشون نیست.

– اگه دو تاشون رو بگیرند و درست و حسابی گوشمالی بدن، بقیه حساب کار دستشون میاد!

–فکر می کُنید نکردند. صد دفعه این کار رو کردند، اما فایده نداره. این بچه‌ها با خط آهن، با قطارها زندگی می کنند. بازی می کنند...

هر چه بالحن شاکی می گفت، مردِ جوان که حالا کت و شلوار پوشیدنش توی گرما و شکل سبیل و ته ریشِ کوتاهش توی چشم می‌زد، یک جوری جوابش را می‌داد. با دلَخوری پرسید: شیشه شکستن بازی‌یه؟

– برای بچه‌های لبِ‌خط، آره. تازه مگه بچه‌های شما، تو خونه چیزی نمی‌شکنند. اینها هم مثلِ اونها!

– اما قطار مال بیت‌المال‌ه، نه مال باباشون!

– اتفاقاً همینه که شما می گید. اما از نظر اونها، انگار مال باباشونه!... از بچگی تا چشم باز می کنند، قطار می‌بینند، پشت قطار. بیشتر از صدای پدر و مادرشون، صدای تَلَق و تولوق و بوق قطار می‌شنوند. با صدای قطار از خواب بیدار می‌شند. مدرسه می‌رند. از مدرسه بر می گردند. ناهار می‌خورند. می‌فهمند ساعت چنده کی باباشون میاد خونه. کی موقع خوابه و کی موقع بیداری...

حرفِ مردِ جوان را قطع کرد:

– خُب، اگه اینه که باید عاشق قطارها باشند، نه دشمنش.

دید که زن سرش را از توی مجله آورد بیرون و نگاه کرد به مردِ جوان، انگار کنجکاو شده بود جوابِ او را بشنود. مردِ جوان هم که یک در میان، موقع حرف زدن، گاهی پایین ریشش، آن جا را که می‌رسید به گردنش، با انگشتانش مالش می‌داد، گفت:

– تا عشق رو چی بدونیم...به نظر من که این بچه‌ها واقعاً عاشق قطارند. ساعتهامی‌شینند لب خط تا یه قطار بیاد وبره؛ عادی، اکسپرس، باری، لکوموتیو... تا برای راننده و مسافراش دست تکون بدن... اما خب! شما از یه مشت بچه چه انتظاری دارید وقتی شاهدند هر چند وقت یه تصادفی می‌شه؟ یه بلایی سر کسی میاد؟... به ذهنش آمد که طرف صحبتش باید معلم باشد، از آن معلمهای انشا ..."علم بهتر است یا ثروت"، "بزرگ که شدید دوست دارید چه کاره شوید؟". از آن معلمهایی که هم روی تخته می‌نویسند، هم روی مغز بچه‌ها؛ معلمهایی که از همان اول سال، یکی دونفر را توی کلاس نشان می کنند و انگار بچگی خودشان را پیدا کرده باشند، هر چه بلدند دوست دارند یادش بدهند. مثل حالا که انگار رفته بود پای تخته و ول نمی کرد:

– هرچند درست نگاه کنیم بچه‌ها هم مثل آدم بزرگها، یک جور نیستند.

بعضی‌هاشون بلدند احساساتشون روکنترل کنن و بریزند تو خودشون. بعضی‌هاشون هم نه. بعضی‌هاشون هم فقط دنبال بازی و شیطنت‌اند، با هر چی که شد؛ از یک تیکه چوب شکسته بگیر تا قطار...

رو به مردِ جوان پرسید: به نظر شما، شیشه شکستن بازی‌یه؟

– بازی نیست. اما شما خودتون رو بذارید جای اونها. دم به ساعت، قطار بیاد، تلق و تلق از وسط محله، خونه و زمین بازی‌تون بگذره، شما بودید چی کار می‌کردید؟

یادش آمد، بچه که بود، شنیده بود اگر سکه‌ای را بگذارد روی ریل و قطار از رویش بگذرد، آهنربا می‌شود و چقدر دلش می‌خواست این کار را بکند و نکرده بود. وناخودآگاه جواب داد: من وقت بازی نداشتم. از بچگی، از موقعی که دست چپ و راستم روشناختم کار می‌کردم.

–نوجوانی، چی؟ نوجوان که بودید!؟ دلتون نمی‌خواست نشون بدید بزرگ شدید؟ خیلی از این بچه‌ها، برای این که نشون بِدَن بزرگ شدند، از این جور کارها می‌کنند.

– کدوم نوجوانی؟ سیزده –چهارده سالم بود که رفتم سر کار؛ پادویی... یادم نمی‌ره. اولین حقوقم رو که گرفتم، همش رو اسکناس دو تومنی کردم و مثل قطار پشت سرِ هم، تو اتاق چیدم رو زمین، دورتا دور اتاق... می‌خواستم بیشتر به نظر بیاد. می‌خواستم مادرم رو بیشتر خوشحال کنم.

–وا!!!... چقدر قشنگ!... زن بود. سرش را از داخل مجله بیرون آورده و زیر و احساساتی، و با صدای کشداری گفته بود و بعدش پرسیده بود:

– اون موقع مادرتون چی کار کرد؟... بی آنکه به زن نگاه کند جواب داد:

– بغلم کرد... دعام کرد... باباتون چی؟

بابام؟ بچه بودم که مُرد. کارگر معدن بود. با هشت تا کارگر دیگه، تو انفجار معدن زغال‌سنگ کشته شد. نه بیمه خسارت داد، نه پیمانکار. این انداخت گردن اون، اون انداخت گردن این. مجبور شدم از بچگی برم سر کار... هر کاری که بگید کردم. از پادویی و جاروکشی تو مغازه و تولیدی‌بگیر تا کارگری تو کارخونه و سرِ ساختمان، دستفروشی... حتی کار تو معدن.

و کف دستهایش را گرفت رو به بالا، کمی متمایل به زن. انگار که بخواهد کُلفتی انگشتانش را که همه می‌گفتند دوبرابر انگشتان اکثر آدمهاست، به رخ بکشد. اما زن که انگار حواسش نبود، پرسید:

–واقعا؟! شما تو معدن هم کار کردید؟ کار تو معدن که خیلی سخته؟ راسته که می‌گن بعضی از معدنها یک کیلومتر می‌ره زیر زمین؟ یه بار تو تلویزیون نشون می‌داد، یکی از معدنهای الماس، فکر کنم تو آفریقا بود. وقتی کارگرها می‌آمدند بیرون، با اشعه ایکس بدنشون رو می‌دیدند که یک وقت الماسی چیزی قورت نداده باشند! شما می‌دونید تو ایران معدن الماس داریم یا نه؟"

سَرخورده دستش را آورد پایین. "معدن الماس؟!... اشعه ایکس!؟..." "انتظار هر سوالی، حرفی را داشت مگر این را. آخر از کجا بداند در ایران معدن الماس داریم یا نه؟ به جای او مردِ جوان جواب داد: معدن الماس که نه! اما تا بخواهید معدنهای دیگه داریم؛ سنگ، مس، زغال سنگ... وبعد رفت سراغ ادامه حرفش: فقط شما نیستید که ترک تحصیل کردید. خیلی از بچه‌های لبِ‌خطِ مجبور می‌شند ترک تحصیل کنند. آن هم چه بچه‌هایی...

و بعد انگار چیزی یادش آمده باشد، گفت:

– اصلاً یه چیز دیگه! شما تا به حال فکر کردید که چرا لب خط این قدر شلوغه؟ پُرجمعیته؟ قشنگ دو سه برابر جاهای دیگه جمعیت داره... خب، یک علتش همین قطارها و خطِ آهنه. معذرت می‌خوام از خانوم... شب و نصفه شب و دم صبح نداره، دائم قطاره که میاد یا میره. مردم خواب و استراحت ندارند... من از خود بچه‌های لبِ خط شنیدم که می‌گن: "اگه این قطارها نبودند، نصفِ بیشترِ ما هم نبودیم." ...اصلاً اسمشون روشونه! بچه‌های لبِ خط.

خواست بپرسد: "می‌شه بپرسم، شغل شما چیه؟!" اما نپرسید و به جای او، زن رو به مردِ جوان پرسید: ببخشید! شما هم شنیدید هفته قبل یک نفر خودش رو اینجاها انداخته جلوی قطار؟

– همین دیگه. هفته‌ای نیست که یکی از ساکنان این دور و بر نره زیر قطار! یکی بچه‌اش. یکی مادر بزرگش. یکی گربه‌ش، یکی خروسش... یکی واسه شکست عشقی خودش رو میندازه زیر قطار. یکی واسه بدهی... یکی واسه اعتیاد... انگار زن بوده!... باردار هم بوده!

–شما از کجا می‌دونید؟... تو مجله نوشته خودش را انداخته جلوی قطار؟

زن مجله را بست و گذاشت روی زانو، روی مانتوی بلند سرمه‌ای‌اش، که تا چندانگشت زیر زانوهایش می‌رسید. خیلی جوان نبود. آرایش کمی داشت. نه ابروهایش را تتو کرده بود. نه نوک دماغش را با جراحی داده بود بالا. لبهای نازک و کشیده‌اش هم نشانی از لبهای پروتز شده کلفت و بادکرده نداشت. سی–چهل ساله به نظر می‌رسید.

–نه، خودم تو قطار بودم. آخه من هفته‌ای دو روز با قطار میرم بندر؛ سفرِ کاری. سه‌شنبه‌ها میرم، پنج شنبه‌ها بر می‌گردم... می‌گفتند جوون بوده... خیلی معطل شدیم... از یک طرف مردم ریخته بودند جلوی قطار. نمی‌گذاشتند قطار راه بیفته... از طرف دیگه مسافرها ریخته بودند بیرون، که ما کار داریم...

نگاهشان کرد. روبروی هم نشسته بودند. شده بودند مخاطب هم. صدایشان را آورده بودند پایین. انگار که او خواب باشد یا غریبه. همان طور که نگاه‌شان می‌کرد، با خودش فکر کرد: سفر کاری یعنی چی؟... یعنی از بندر جنس میاره واسه فروش؟ جدیداً خیلی از زنها واسه کمک‌خرجی این کار رو می‌کنند. شاید هم منظورش یه کار اداریه؟ بازرس اداره، مدرسه، به سر و وضعش که می‌خوره، شاید هم منظورش...

ادامه نداد. در چهره زن چیزی بود که او را یاد همسرش انداخت. نگاهش را برداشت و خودش را داد سمت پنجره. سعی کرد از بین رگه‌های شکسته شیشه پنجره، جایی را برای نگاه کردن پیدا کند و برای زنش که کنارش نبود بگوید چه می‌بیند:

"می‌بینی، فخری! چقدر زمین خشک و برهوت افتاده... معلومه خیلی از شهر اومدیم بیرون... حیف شد که حواسم رفت به صحبت با اینها! خیلی دلم می‌خواست لبِ خط رو، کامل بهت نشون بدم، جایی رو که توش به دنیا اومدم... اما نشد... ایراد نداره، بمونه واسه دفعه بعد... هرچند هنوز اصلِ حرفهام مونده... اگه گفتی منظورم چیه؟... یه راهنمایی می‌کنم! یادت مونده که همیشه می‌گفتم آرزو دارم کجا کار کنم؟ آفرین! خودشه... سه روزِ قبل زنگ زدن و گفتن: بیا!... خُب، کارِ معدن که همیشه سختی خودش رو داره! ترس؟!... نه!. واسه چی بترسم؟ معدن که ترس نداره!... تو هَم نترس. خیالت راحت... فقط حواست باشه وقتی رسیدیم همه چی رو برات تعریف کنم...."

تجدید فراخوان

برای فرستادن داستان و داستانک

یگانه شرط شرکت در "مسابقه بزرگ داستان‌نویسی" این است که هر داستان کوتاهی که می‌فرستید حتی‌المقدور نباید حجمی بیشتر از دو صفحه چاپی مجله را در بر گیرد و به خود اختصاص دهد. داستان‌ها و داستانک‌هایتان را حتماً بر روی یک طرف کاغذ ـ با حفظ حداقل یک سانتیمتر و نیم بین سطرها ـ با خط خوانا بنویسید یا تایپ کنید.

ضمناً، می‌توانید داستان‌ها و داستانک‌هایتان را با قید عبارت "مربوط به مسابقه بزرگ داستان‌نویسی" از طریق Email (پست الکترونیک) مجله اطلاعات هفتگی بفرستید، البته با فونت ۱۶ و در نظر گرفتن فاصله لازم بین سطرها برای ویرایش احتمالی.

همراه با هر داستان و داستانک هم شرحی مختصر از میزان تحصیلات، شغل و سابقه فعالیتهای ادبی و هنری‌تان را به اضافه شماره تلفنتان بفرستید. اگر مایل باشید می‌توانید یک قطعه عکستان را هم برای چاپ در کنار اثر تان ارسال کنید.

هرگز دری را نزن، مگر اینکه بدانی در آن سویش چه می‌گذرد ● ژان پل سارتر

نویسنده: سپهر صفادار

هلی هتل

دیگر برای طبیعت گردی باید چادرهای مسافرتی و خانه‌های درختی کوچک را فراموش کنید، چرا که هلی هتلها به تازگی توانسته‌اند عنوان اقامت لوکس و راحت در طبیعت را به خود اختصاص دهند. یکی از این نوع هتلهای کوچک را در تصویر می‌بینید که روزگاری یک هلی کوپتر ارتش بوده است و اکنون به یک سوییت مخصوص تبدیل شده است. تنها چیزی که از هلی کوپتر باقی مانده، بدنه و نمای بیرونی آن است و وقتی واردش می‌شوید اصلا حس نمی کنید که در داخل یک هلی کوپتر هستید. دیوارهها کاملا عایق شده‌اند تا در تابستان هوا خنک و در زمستانها گرم بماند. استفاده از رنگهای سفید روی دیوارها باعث شده که فضا بزرگتر هم به نظر برسد. تعبیه چند در و پنجره بیشتر در نقاط مختلف هم به دسترسی بهتر و تهویه مناسب هوا و هم تامین نور طبیعی بیشتر برای فضای داخلی سوییت کمک کرده است. این سوییت لوکس ظرفیت لازم برای اقامت ۵ نفر را دارد و یک بخش کوچک هم برای یک مسافر دیگر باقی می‌ماند که می‌تواند در تختخواب موجود در انتهای هلی کوپتر استراحت کند. حتی یک آشپزخانه کوچک هم در آن ساخته شده است. اما برگ برنده این سوییت، کابین خلبان آن است که به یک فضای نشیمن تبدیل ودورتادور آن با صندلیهای راحتی مجهز شده است. هزینه اقامت در هر یک از این سوییتها تقریبا نصف اتاقهای لوکس هتل است.

باغ چهار فصل



یک مهندس ایتالیایی به نام **کارلو راتی** از پروژه فوق العاده‌اش برای ساخت یک باغ خبر داد که بتواند در زمان واحد، هر چهار فصل را داخل خود داشته باشد. او قصد دارد فضایی ایجاد کند که بتواند هر چهارفصل را زیر یک سقف به مردم نشان دهد. باغ چهار فصل نام این باغ ۲۵۰۰ متر مربعی است که در یک فضای سرپوشیده قرار گرفته و به کمک فناوری‌های کنترل آب و هوا قصد دارد آب و هواهای مختلف مربوط به تمام فصول سال را ایجاد کند و در تمام طول سال نیز این شرایط را پایدار نگه دارد. این طرح که در محوطه‌ای ایزوله در یک پارک در شمال غرب میلان در ایتالیا اجرا خواهد شد، به گردشگران و بازدید کنندگان این امکان را می‌دهد که در هر وقت از سال بتوانند مناظر بهار، تابستان، پاییز و زمستان را تماشا کنند. بازدید کنندگان در ابتدا وارد فضای بهار می‌شوند و در انتهای باغ نیز فصل زمستان را تجربه می کنند. هر قسمت از باغ به حسگرهای دیجیتالی مجهز خواهد بود که به دقت میزان رطوبت، آب، دما، و حتی مواد آلی و غذایی موجود در خاک و گیاهان را اندازه گیری خواهند کرد و آنها را به مردم نیز نمایش خواهند داد. آقای راتی قصد دارد این امکان را به مردم بدهد که بتوانند چرخه‌های طبیعت را از نزدیک مشاهده کنند، چیزی که شاید در آینده‌ای نه چندان دور دیگر شاهدش نباشیم، چرا که کره زمین با سرعتی نگران کننده در حال گرم شدن است. در بخشهای مختلف، خوراکیهای مخصوص آن فصل هم سرو می‌شود. در تابستان می‌توانید از انواع بستنی‌ها و دسرهای خنک میل کنید و یا در زمستان یک قهوه گرم سفارش دهید. همچنین تمام انرژی لازم برای این باغ از طریق پنلهای خورشیدی که سرتاسر سقف سالن را پوشانده‌اند تامین خواهد شد و حتی ذره‌ای انرژی هم در این باغ هدر نخواهد رفت.

خانه‌های پلاستیکی

یک پناهنده در الجزیره با ایده جالب خود به بسیاری از خانواده‌های آواره امید دوباره داده است. این مرد ۲۷ ساله که **تاته لبیب** نام دارد، خودش در کمپهای پناهندگی به دنیا آمده و بزرگ شده است به همین دلیل با مشکلات این افراد کاملاً آشناست. اصلی‌ترین مشکل پناهندگان و مهاجران، مسکن است. این مرد بطریهای پلاستیکی دورانداخته شده را از مناطق اطراف جمع آوری و از آنها برای ساخت خانه برای پناهندگان و آوارگان استفاده می کند. ساختار این خانه‌ها به صورتی است که بتوانند در برابر شرایط سخت و دشوار صحرا مقاومت کنند و در عین حال قیمت بسیار پایینی داشته باشند که برای عموم مردم قابل خرید باشند. واقعاً ساختن خانه در منطقه‌ای که دمای هوای آن به ۴۶ درجه هم می‌رسد و هیچ خبری از امکانات اولیه زندگی نیست کار بسیار مشکلی است. طوفانهای شن هم که جای خود دارند و هر چند وقت یکبار کل زمینهای منطقه را در می‌نوردند. این کمپهای پناهندگی شامل ۵ مرکز در نزدیکی شهر تیندوف در الجزیره بوده و میزبان مردمانی هستند که حدود ۴۰ سال پیش از جنگ و خشونت در غرب صحرا فرار کرده‌اند. جالب است که از یک سو طوفانهای شن در فصل گرما، و از سوی دیگر بارانهای سیل آسا در فصل بارندگی این منطقه را تهدید می کند. در سال ۲۰۱۵ بارش بی‌سابقه باران و سیلاب باعث شد که هزاران خانه در این کمپها ویران شوند. آقای لبیب بطریهای پلاستیکی را با خاک و شن پر می کند سپس به صورت خوابیده روی هم می‌چیند و در واقع آنها را جایگزین آجر کرده است. سپس ردیفهای بطریهای پر شده را با سیمان و خشت به هم محکم می کند تا دیوار خانه را تشکیل دهند. او توانست در یک طرح بورسیه دانشگاهی ارائه شده از سوی اتحادیه ملتها شرکت کرده و با استفاده از این موقعیت مدرک کارشناسی در حوزه انرژی و مصرف بهینه آن را به دست آورد و اکنون خانه‌هایی که ساخته توانسته‌اند بیش از ۲۵ خانوار را پناه دهند. او توانست جوایز مختلفی برای این ایده و طراحی خود دریافت کند.





لنزهای کورکننده

برای اینکه بتوانید تصویر را واضح ببینید به چند لنز طبی احتیاج دارید؟ ظاهراً این خانم به ۲۷ لنز نیاز داشته است! خانم مورجاریا که پزشک متخصص این خانم بود گفت که این خانم برای جرّاحی آب مروارید چشم به بیمارستان مراجعه کرده بود و در حال معاینه اولیه متوجه شد که توده‌ای آبی رنگ در گوشه چشم بیمار وجود دارد. بعد از معاینه دقیقتر مشخص شد که اینها تعداد ۱۷ لنز طبی هستند که به هم چسبیده‌اند. بعد از معاینات بیشتر تعداد ۱۰ عدد لنز دیگر نیز در گوشه چشم این خانم پیدا شد و جالب اینکه او از وجود آنها در چشمش کاملاً بی‌اطلاع بود! این تیم جرّاحی باتجربه چشم اظهار کردند که تا کنون چنین چیزی ندیده بودند و کاملا شوکه شدند. همه ۱۷ لنز روی هم چسبیده شده بودند و ۱۰ لنز دیگر هم همینطور. چنین توده‌ای حتماً باید باعث خارش، سوزش و ناراحتی شدید در چشم بیمار می‌شد و بی‌اطلاعی او موضوع را عجیب تر می‌کرد. آنها وقتی این لنزها را پیدا کردند برنامه



قبلی برای جرّاحی آب مروارید را به تعویق انداختند چرا که امکان داشت چشم بیمار دچار تورّم بسیار شدید شود. از آنجا که مدت بسیار طولانی این لنزها درون چشم این خانم مانده بودند، به احتمال قوی باکتریهایی هم در بین آنها به دام افتاده بودند که نباید اجازه می‌دادند این باکتریها وارد چشم او شوند و خطر بسیاری بینایی چشمان او را تهدید می‌کرد. مشخص شد که این خانم در ۳۵ سال اخیر به طور مداوم از لنزهای فصلی یا ماهانه استفاده و ظاهراً هر چند وقت یک بار یکی از این لنزها را گم می‌کرده، غافل از اینکه لنزها در گوشه چشمش جا خوش کرده بودند. او ناراحتی اندکی را که در چشمش احساس می‌کرد ناشی از پیرچشمی و خشک شدن چشمهایش می‌دانست. دو هفته بعد از خارج کردن لنزها، پزشک او را معاینه کرد و از او شنید که احساس راحتی بسیار بیشتری در چشمش دارد و بینایی‌اش بدون لنزها خیلی هم بهتر شده است!

بیداری بعد از ۱۹ سال

یک مرد لهستانی به نام **خوان زربسکی** که یک کارگر راه آهن بود در اوایل دهه ۹۰ میلادی در حین متصّل کردن دو تکه ریل قطار دچار حادثه شد و ضربه شدیدی به سرش خورد و به کما رفت. او ۱۹ سال اخیر را در کما بود و هیچ کدام از تحولات مختلف از جمله فروریختن دیوار برلین، متحول شدن مغازه‌ها و اجناس، پیشرفت شگرف تکنولوژی و گوشیهای موبایل را ندیده است. اکنون بعد از ۱۹ سال آقای زربسکی به هوش آمده است اما با دنیای کاملا متفاوتی روبروست. همسر او که به شدت از بیداری شوهرش خوشحال است، گفت: "من ۱۹ سال است که هر روز سه مرتبه او را جابجا می‌کردم تا عضلاتش حرکت کنند و آسیب نبیند. اکنون خوشحالم که در ۶۵ سالگی بار دیگر به زندگی برگشته است و می‌توانم خیابانها را با او قدم بزنم و به خرید برویم. اما او با هیچ چیز آشنا نیست و همه چیز برایش جالب وعجیب است. راستش را بخواهید گاهی از توضیح دادن خسته می‌شوم!"... در زمان حادثه پزشکان از او قطع امید کرده بودند اما همسرش هرگز تسلیم نشد و در تمام این سالها از او مراقبت کرد. همسرش افزود: "اکنون مزد زحمات این سالهایم را گرفتم. او همه عشق و محبتی را که بینمان بود به یاد دارد. با وجود ۱۹ سالی که در کما سپری کرده، حافظه‌اش خیلی خوب عمل می‌کند و تمام فرزندان و مراسم ازدواجشان را به خاطر دارد. کم کم سرعت حرف زدنش بیشتر می‌شود و کلماتش واضح تر شده‌اند و می‌توانم حرفهایش را بفهمم". پزشک معالج آقای زربسکی گفت: "هیچ تصوری از چگونگی ممکن شدن این معجزه ندارم. او سالهای زیادی را در کما سپری کرده است. در آن زمان مغازه‌ها فقط سس خردل و نان و پنیر می‌فروختند!".





عاشق نوشیدنی



آقای **نیک وست** اهل شهر کلیودون انگلستان است و عاشق کلکسیون قوطی‌های فلزی. او تا کنون بیش از ۹۰۰۰ قوطی نوشیدنیهای مختلف نوشابه و دلستر را جمع آوری کرده است. او که یک کارمند بازنشسته بانک است از سال ۱۹۷۵ که برای اولین بار برای خانه‌اش به خرید رفت شروع به جمع آوری قوطی‌های خالی آنها کرد. حتی یک عدد از آنها هم از قوطی‌های دورانداخته شده دیگران نیستند و تمام ۹۰۰۰ قوطی کلکسیون او، نوشابه‌هایی هستند که او برای خودش و خانواده‌اش در این سالهای خریداری کرده است! او که اکنون ۵۸ سال دارد بیان کرد که در ابتدا یک تفریح محسوب می‌شد اما کم کم به این کار وابسته شد، به طوری که هر روز و هر شب به دنبال شرکتها و محصولات جدید بود تا بتواند بطریهای متنوع و جدیدی را جمع آوری کند. تقریبا هر شب برای خرید به مغازه‌های مختلف و حتی دوردست می‌رفت تا بتواند یک قوطی دیگر به کلکسیونش اضافه کند. وقتی تعداد قوطی‌ها زیاد شد، قسمتی



از خانه‌اش را قفسه بندی کرد و قوطی‌ها را در آن چید. او این قسمت خانه شان را "**کتابخانه قوطی‌ها**" معرفی می‌کند. اکنون ۴۲ سال از شروع جمع آوری این کلکسیون می‌گذرد و با همسرش "دبورا" به این توافق رسیده‌اند که این سرگرمی او از کنترل خارج شده است و تصمیم گرفتند برای خالی کردن فضا در خانه شان این قوطی‌ها را در جعبه‌های جداگانه جمع آوری کنند و از خانه بیرون ببرند. او پایان کارش را دقیقا روز ۱۳ ماه جاری اعلام کرد، دقیقا ۴۲ سال از جمع آوری اولین قوطی نوشابه. البته باید بدانید که یکی از دلایلی که نیک راضی شد این سرگرمی را کنار بگذارد این بود که همسرش هم بازنشسته شد و درآمدشان کاهش پیدا کرد و دیگر جایی برای خرجهای اضافه نداشتند و فرزندانشان هم هیچ علاقه‌ای به این کلکسیون نداشتند و وقت آن بود که زمان بیشتری را برای خانواده‌اش بگذارد.

● ساندرا



خاطرات روزنامه‌نگار

سیروس گنجوی

ردپای خاطره

خواب دانشجویی من!

سال اول دانشگاه، جای شما خالی، دنیای قشنگی بود. بخصوص که محیط دانشکده ما یک محیط کاملا هنری بود. نقاشیهای من بیشتر اوقات "مانسیون اول" می‌گرفت. البته کار رنگی را هنوز شروع نکرده بودیم و طرحها را با زغال می‌کشیدیم. یک روز موضوع "اسکچ" (طرح کلی) ما "کار" بود و بی‌درنگ، نقش چند کارگر تپل مپل، یا به قول خودمان "قُرمه ای" را کشیدم که خم شده و مشغول بلند کردن جسم سنگینی از زمین بودند. به نظر خودم، ترکیب خوبی داشت. جهت خم شدن کارگران، نگاه بیننده را به مراکز تابلو جلب می‌کرد.

این "اسکچ" را روی سه پایه نصب کردم تا روز بعد، آن را برای عرضه به بخش داوری که به آن "ژوژمان" می‌گفتند تکمیل کنم. اما فردا وقتی وارد دانشکده شدم آه از نهادم برآمد!

دیدم اثری از تابلوی من نیست. "دوباره کاری" همیشه برایم سخت‌ترین کارها بوده و هست. از این رو، لازم بود هر جور شده آن را پیدا می‌کردم. از بچه‌ها پرس و جو کردم، اظهار بی‌اطلاعی کردند، یکی از دخترها گفت طرح مرا دیده که روی زمین، زیر دست و پا افتاده بود و چند لحظه پیش، رفتگران توی گونی ریخته بودند تا با کامیون ببرند.

با عجله خود را به حیاط دانشگاه تهران رساندم. چشمم به یک کامیون مدرن وتمیز افتاد که هنوز حرکت نکرده بود. از راننده خواهش کردم کمی صبر کند تا من اثر خود را پیدا کنم. راننده و شاگردش که آدمهای بدی نبودند، از حرف من خیلی تعجب کردند. گفتند توی این کامیون، دست کم ۲۵ تا گونی پر از کاغذ است. چطور می‌توانی یک کاغذ را داخل این همه گونی پیدا کنی؟

حق با آنها بود. درست مثل آن بود که بخواهم در انبار کاه، دنبال یک "سوزن" بگردم! اما من آدم سخت کوشی بودم و با این سخنان ناامید کننده از میدان به در نمی‌رفتم. قول دادم گونیها را بازرسی کنم ودوباره با سلیقه، کاغذها را سر جایشان بگذارم.

اولین گونی را بیرون کشیدیم. از آنجا که خدا می‌خواست، این جستجو زیاد به درازا نیانجامید. نقاشی من در همان گونی اول بود، کاغذ پنجمی!

همراه با نقاشی خود، شتابان به سالن دانشکده بازگشتم. روی نقاشی من، یک نفر، ارقامی را با هم جمع زده بود. بنده خدایی هم پایش را روی آن گذاشته بود که اثر تخت کفش او روی کاغذ، نقش بسته بود. هیچ کدام از این نشانه‌های طبیعی را پاک نکردم. پس از تکمیل طرح، آن را به همان صورت، به چارچوب نصب کرده در کنار دیگر آثاری که برای "ژوژمان" می‌رفت گذاشتم.

در آن زمان رسم بود که دانشجویان سال بالا، قبل از "ژوژمان" برای دیدن کارهای بچه‌ها می‌آمدند. بیشتر آنها همین که به تابلوی من می‌رسیدند، پاسست می‌کردند و به تماشا می‌ایستادند. می‌شنیدم از کار من تعریف می‌کنند! چون قبل از "ژوژمان" اجازه نداشتیم امضای خود را روی تابلوها بگذاریم، نمی‌دانستند که صاحب اثر، در یک قدمی آنها ایستاده و به حرفهایشان گوش می‌دهد! به هر حال، نظرشان صائب بود و فردای آن روز یک "مانسیون اول" دیگر به شمار افتخارات دانشجویی من اضافه شد!!



موضوع بعدی "طبیعت بی‌جان" بود. یک مشت کاسه و کوزه و بشقاب را گذاشته بودند کنار هم که می‌بایستی آنها را نقاشی می‌کردیم. برای من کاری نداشت که عین آنها را بکشم، اما من می‌خواستم نوآوری کنم. تصمیم گرفتم با خط، حجم ایجاد کنم. بنابراین، تابلوی من از یک سری خطوط منحنی تشکیل می‌شد که از فشرده شدن آنها در بعضی قسمتها، حجم به وجود می‌آمد!

هنگامی که تابلو را در کنار دیگر آثار بچه‌های دانشکده در یک ردیف برای "ژوژمان "گذاشته بودم، یادش به خیر استاد ما آقای "حمیدی" وارد شد وهمین که چشمش به تابلوی من افتاد پرسید:

ـ این کار کیه؟

من دستم را بلند کردم. او رفت تابلو را برداشت، درحالیکه نگاه تحسین آمیزی به آن می‌انداخت، همه بچه‌ها را صدا زد که ـ دختر و پسر ـ همگی وسط سالن جمع شدند. بعد درباره تابلوی من کلی داد سخن داد و آن را جرقّه‌ای از هنر دانست!

برخی از بچه‌ها نیز نظر می‌دادند که اگر رنگی شود یک شاهکار از آب درمی‌آید! من هم از این همه تعریف و تمجید به خود می‌بالیدم. خیالم راحت بود که بی‌بروبرگرد، یک "مانسیون" دیگر توی کیسه‌ام خواهد افتاد! شب را با خیال آسوده خوابیدم تا صبح نتیجه "ژوژمان" را دریافت کنم.

آن شب، خواب عجیبی دیدم. خواب دیدم وارد سالن دانشکده شده‌ام. پنجره‌ها باز است و وزش باد، کاغذها را پخش وپلا کرده و همه کاسه و کوزه‌ها را به زمین انداخته مثل چراغ نئون چشمک می‌زد! با گامهایی دشوار، از میان توفان به سوی تابلو رفتم. تابلوی خودم بود، اما روی آن با حروف درشت نوشته شده بود: "مردود"!

از خواب پریدم. خنده‌ام گرفت. عجب خواب مسخره‌ای بود! با تعریفهایی که استاد ما کرده بود، دیدن چنین خوابی واقعا خنده‌دار بود! اما اشتباه می‌کردم. صبح که به دانشکده رفتم... شاید باورتان نشود... دیدم درست مثل آنچه درخواب دیده بودم، بچه‌ها، تابلوی مرا به دیوار روبرو نصب کرده بودند و روی آن نوشته شده بود: "مردود"!! اصلاً نمی‌شد باور کرد. بچه‌ها هم مثل من شگفت زده شده بودند! به استاد پیر گفتم: "سنگین تر بودید اگر راجع به این تابلو آنقدر داد سخن نمی‌دادید!! پس چرا این جوری شد؟"

او با ناراحتی گفت که در هیات داوران، فقط یک رای داشته درحالیکه که چهار نفر دیگر هم روی تابلوها نظر داده بودند!

من دو نفر از آن چهار نفر را می‌شناختم. یکی از آنها استادیار ما بود: خانم مهربانی که برادرش، کاریکاتوریست سرشناسی به حساب می‌آمد. در این باره از او سوال کردم. در پاسخ گفت:

ـ اِ... این کار تو بود؟ من نمی‌دونستم. خیلی کار خوبیه. همین سبک را ادامه بده!

یکی دیگر از داوران که او هم به من نمره نداده بود خانمی بود که همیشه برایش احترام خاصی قایل بودم. از او هم پرس و جو کردم. او هم مثل خانم اولی گفت: اِ... کار تو بود؟ نمی‌دونستم. کار قشنگیه، ادامه بده!!

حسابی گیج شده بودم. اگر کار خوبی بود، چرا مرا مردود کرده بودند. و اگر یک پول سیاه نمی‌ارزید، پس چرا مرا تشویق به ادامه آن می‌کنند؟!

استاد سومی آهسته در گوشم زمزمه کرد: ظاهراً ایرادی که به تابلوی تو گرفته شده آنست که این کار، بالاتر از سطح "اتودیان" است!

از این حرف، خنده دارتر سراغ نداشتم. معنی‌اش به زبان فارسی آن بود که نمی‌بایستی پای خود را از حد ومرز سال اول دانشکده فراتر می‌گذاشتم!!

البته بعدا یک نفر ـ راست یا دروغ ـ به من گزارش داد که برخی نقاشان، بعضی سبکهای نوین را از همین دانشجویان اقتباس کرده در خارج از کشور به نام خود عرضه می‌دارند و از این راه، پول خوبی به جیب می‌زنند! از این رو، کاری می‌کنند که دانشجو از ادامه آن سبک ناامید شده آن را رها کند! اما از شما چه پنهان، من آن روز به هیچ کدام از این سخنان فکر نمی‌کردم. حواس من چارتاق، پیش خواب عجیبی بود که دیده بودم و عیناً در عالم بیداری واقعیت یافته بود!

اخاذی حادثه ساز شد

چندی پیش یک مرد و زن در غرب تهران به مردی حمله کرده و کیفش را دزدیدند و سپس درصدد اخاذی ۷۰۰ هزار تومانی برای بازپس دادن اموال بودند که ناکام ماندند. همان موقع با شکایت شاکی سارقان تحت تعقیب پلیس قرار گرفتند و در جریان این تعقیب و گریز یکی از متهمان که دختری جوان بود، کشته شد و مرد دیگر که یکی از آنها زخمی شده بود هم بازداشت شدند. سارق بازداشت شده در بازجویی ها گفت: من کشتی گیر هستم و دختر کشته شده هم دوست همدستم به نام بهرام بود که شب حادثه بهرام همراه دختر مورد علاقه‌اش به دیدنم آمد و گفت؛ با مردی دعوا کرده و می‌خواهد از او انتقام بگیرد. بنابراین از من خواست برای تنبیه و دعوا با آن مرد همراهش بروم که آن دو، سوار خودروی من شدند و به غرب تهران رفتیم. او مردی را مقابل خودپرداز دید و خواست او را تعقیب کنم. که من هم طبق خواسته او عمل کردم و پشت سر آن مرد راه افتادیم. وقتی آن مرد به خانه‌اش رسید، آنها از خودرو پیاده شده و با سرقت کیف او، از من خواستند حرکت کنم. سپس بهرام گفت: باید از این مرد اخاذی کنیم که گشت پلیس سر رسید و ما از ترس فرار کردیم... با توجه به اظهارات ضد و نقیض متهم پرونده برای ادامه تحقیقات در دستور کار ماموران آگاهی تهران قرار گرفت.





راننده‌ای که مرگ را دید

زن جوان انگلیسی که در پی برخورد قطعه جدا شده فلزی کامیون، به شدت مجروح و نیمه جان شده بود، در جراحی ۵ ساعته و نفس گیر از مرگ حتمی نجات یافت. این زن ۳۶ ساله که پشت سر یک کامیون در یکی از اتوبان‌های شهر "ناتینگهام" حرکت می‌کرد، ناگهان متوجه جدا شدن تکه‌ای از کامیون شد، اما پیش از اینکه بتواند تغییر مسیر دهد، شیء فلزی با شدت تمام، شیشه خودرو را شکست و به پیشانی او اصابت کرد. به دنبال این حادثه مهیب، زن جوان پشت فرمان بیهوش شد و خودرو با انحراف از مسیر و پس از چند بار معلق خوردن، با حفاظ آهنی کنار اتوبان برخورد کرد و متوقف شد. پس از حضور امدادگران در محل حادثه، پیکر خونین و نیمه جان وی در حالی که پیشانی‌اش دو قسمت شده بود، به بیمارستان انتقال یافت. پزشکان هم بلافاصله او را به اتاق عمل بردند و در جراحی ۵ ساعته، این جراحت را ترمیم کرده و با ۴۰ بخیه، محل زخم را دوختند. این در حالی بود که پسر خردسال او که در خودرو بود، بدون هیچ جراحتی نجات یافت.



مرگ مشکوک با تفنگ ساچمه‌ای



پسر جوانی ناخواسته پدرش را با شلیک گلوله به قتل رساند. او پس از دستگیری گفت: در حال تمیز کردن تفنگ ساچمه‌ای بودم که ناگهان گلوله‌ای از اسلحه شلیک و باعث مرگ پدرم شد. هفته گذشته مردی وقوع این حادثه را به کلانتری ۱۲۵ یوسف آباد تهران اعلام کرد و بدین ترتیب ماموران در محل حضور یافتند و مشخص شد مردی ۵۰ ساله بر اثر اصابت گلوله ساچمه‌ای شلیک شده از یک تفنگ بادی و اصابت آن به سرش جان باخته است. پسر جوان در بازجویی گفت: قصد رفتن به مسافرت را داشتیم که پدرم از من خواست تا اسلحه بادی را برایش بیاورم و آن را امتحان کنیم. من هم یک ساچمه داخل تفنگ بادی گذاشتم و آن را به پدرم دادم اما اسلحه شلیک نکرد و پدرم از من درخواست پیچ گوشتی کرد تا مشکل اسلحه را برطرف کند که ناگهان تیر شلیک شد

شیوه جدید جیب بری

جیب بر حرفه‌ای با سوزاندن لباس طعمه هایش حواسشان را پرت می‌کرد تا دست به سرقت بزند.

چندی پیش مردی به کلانتری رفت و گفت: ساعتی قبل به یک دستگاه خودپرداز بانک مراجعه کردم تا پول بردارم و زمانی که سرگرم کار با دستگاه بودم متوجه جوانی شدم که پشت سرم ایستاده بود و پس از انجام کار بانکی‌ام به سمت ایستگاه اتوبوس رفتم ولی قبل از سوار شدن همان جوان در حالی که سیگار می‌کشید نزدیک شد و با آتش سیگارش لباس مرا سوزاند که همین امر موجب درگیری بین ما شد و پس از گذشت مدت کوتاهی او ناگهان از من عذرخواهی کرد و دور شد. وی ادامه داد: چند دقیقه بعد پیامکی به دستم رسید که نشان دهنده برداشت پول از حسابم بود و در کمتر از چند ساعت چند میلیون پول از حسابم خارج شد و آنجا بود که متوجه شدم مرد سارق پشت من ایستاده و رمز را برداشته و بعد از آن با صحنه‌سازی سوزاندن لباسم، کارتم را به سرقت برده است. ماموران در تحقیقات متوجه شدند که متهم در چندین نوبت با مراجعه به مراکز تجاری اقدام به برداشت پول کرده و همچنین در یک نوبت با مراجعه به یک صرافی ۱۷ عدد سکه خریداری کرده و ماموران با بازدید تصاویر دوربینها متوجه چند چهره متفاوت از سارق شدند که نشان دهنده تغییر چهره دادن متهم بود، ولی از آنجا که یک فرد سابقه دار بود، با زیر نظر گرفتن پاتوقهای او پلیس موفق شد متهم را دستگیر کند. به گفته مرکز مبارزه با سرقتهای خاص، دیگر شاکیان احتمالی هم می‌توانند برای شکایت به اداره هفدهم پلیس آگاهی تهران مراجعه کنند.

موبایل سه قربانی گرفت



سه نفر برای بیرون آوردن موبایل یک زن که در چاه توالت افتاده بود، جانشان را بر اثر خفگی از دست دادند.

چندی پیش در یک حادثه ناگوار سه نفر بر اثر استشمام گاز چاه توالت دچار خفگی شدند. ماجرا به این صورت بود که زن ساکن یک خانه شخصی در استان نمنگان ازبکستان از دو همسایه خود خواست گوشی او را که در چاه توالت افتاده بود در بیاورند. بنابراین دو مرد با رفتن به داخل چاه توالت بر اثر استشمام گاز چاه بیهوش شدند و نتوانستند از چاه بیرون بیایند. که در این شرایط و برای کمک به آنها صاحبخانه دکتر منطقه را خبر کرد که او نیز پس از رفتن به داخل چاه و در پی استشمام گاز بیهوش شد! در نتیجه این حادثه دو مردی که برای درآوردن گوشی داوطلب شده بودند در همان چاه توالت جان سپردند و دکتر منطقه که به کمک دو نفر شتافته بود هم پس از انتقال به بیمارستان جان خود را از دست داد.

غذا را سبک کن تا از مرض ایمن شوی
● جالینوس حکیم

هنر و ادب در پهلوی دوم

هفته پیش با اخوان ثالث آشنا شدید که شعر نو نیمایی را تقویت کرد. اخوان ثالث از بازماندگان هنرمندان سیاسی کودتای ۲۸ مرداد بود. زندان و شکنجه را تجربه کرده بود، بر زندگی مردم هم دست کشیده بود بنابراین شعرهایش اثرگذار بودند. تکه‌ای از شعر زمستانش را هم خواندید و دیدید چه زیبا و قوی است. پس از انقلاب با صراحت گفت با حکومت مشکل دارد و حاضر به همکاری نیست اما کسی متعرضش نشد و تا آخرهای عمرش آزاد بود. گاهی هم تدریس می‌کرد. حالا نوبت شاعر بعدی است:

احمد شاملو

اگر نیما یوشیج قالبهای شعر عروضی قدیم را شکست و قالب جدیدی رواج داد، احمد شاملو قالبهای شعر نو را هم کلاً در هم ریخت و سبکی جدید رواج داد که به آن شعر سپید یا شاملویی می‌گویند. در سبک نیمایی وزنهای عروض قدیم به اندازه حرفی که شاعر می‌خواهد بزند، بلند یا کوتاه می‌شود. برای مثال ممکن است یک مصرع هفت هشت تا یا بیشتر "فاعلاتن" داشته باشد و یک مصرع هم فقط یک فاعلن باشد. قافیه را هم هر وقت خودش آمد، در آخر برخی از مصرعها جا می‌داد و لازم نبود در پایان هر بیت قافیه بیاورد[این بحث فقط مربوط به قالب است نه محتوا]. شاملو با مطالعه شعرهای جدید فرانسه یا شعر سپید، سبک تازه‌ای از شعر در ایران رواج داد که وزن عروضی نداشت. قافیه‌ها را هم مثل سبک نیمایی به کار برد یعنی هر وقت قافیه آمد. سبک او خیلی زود جا باز کرد و شاعران و غیر شاعران از آن پیروی کردند.

احمد شاملو متولد ۲۱ آذر ۱۳۰۴ است. او در آغاز فعالیت ادبی و سیاسی تخلص **الف. صبح** داشت ولی بعداً به دلیل خصلت عربی ستیزی، آن را به الف. بامداد تغییر داد. او از نوجوانی ناآرام بود و با طنزی که در رفتار و گفتارش بود، به این و آن گیر می‌داد. از این نظر شبیه صادق هدایت بود. در زمان مدیریت دکتر خجسته در رادیو، سردبیر برنامه‌ای بودم. از آقایان کابلی و حق‌شناس و دکتر اسماعیل حاکمی برای میز گردی درباره رسم‌الخط فارسی دعوت کردم. مطمئن نبودم دکتر خجسته مجوّز بدهد چون کابلی از طرف شاملو آمده بود. خوشبختانه مجوّز داد و حتی دستور داد آنها بدون بازرسی وارد رادیو شوند. این از فکر باز و روشن آقای خجسته بود. ما سه برنامه ضبط کردیم و پخشش با استقبال مردم مواجه شد. آقای کابلی در خصوصی برای ما خاطره‌ای تعریف کرد: "روزی با شاملو جایی می‌رفتیم. پشت چراغ قرمز بودیم و بحث ادبی می‌کردیم. یکهو شاملو آقای خیلی موقّری را که در ماشین بغلی بود صدا کرد. آن آقا در خودش بود و انگشتش در دماغش بود و با جدیّت تفحّص می‌کرد. شاملو به او گفت: "همه‌شو اینجا در نیار. یه خورده‌شم بذار واسه چراغ قرمز بعدی!" این نمونه‌ای است از اخلاق او که به ناهنجاری‌های بزرگ و کوچک گیر می‌داد. خودش معتقد است هر هنرمندی که آرمانگرا باشد، آنارشیست است(مخالفت با همه چیز مخصوصاً با حاکمیت.) مثال بعدی برای آنارشیست بودنش، رسم‌الخطی است که او و مهندس کابلی اختراع کردند و بین روشنفکران رایج شد. من البته سبک آنها را که جدانویسی افراطی است، نمی‌پسندم. بیهوده و یخچال و دانشمند را بی‌هوده، یخ‌چال و دانش‌مند می‌نویسند ضمناً با کلمات عربیِ رایج در فارسی هم مخالفند. شاملو بهترین شاعرِ زمانش نبود ولی ذوقش از بقیه بالاتر بود و در کارهای تحقیقی خود از جمله تصحیح دیوان حافظ عنصر ذوق را اصل می‌دانست و در مقدمه حافظ شیراز گفته است "**در نسخه‌های معتبر(اصّح نُسخ) هر مصرعی را که دون شأن و ذوق حافظ دیدم، حذف کردم و در نسخه‌های غیر معتبر هر مصرع یا کلمه‌ای را که با ذوق حافظ جور بود، اضافه کردم.**" همه ادیبان به حافظ شیراز که به حافظِ شاملو معروف است، ایراد گرفته‌اند و آن را قبول ندارند و گفته‌اند اصّح نُسَخ مهمتر و مستندتر از ذوق و این حرفهاست. شاملو در جواب آنها در همان مقدمه حافظ شیراز گفته "من همان کاری را کردم که سیّد رضی در تصحیح و گردآوری نهج‌البلاغه کرده. سیّد رضی هم گفته "چون ذوق علی(ع) فوق بشر است، هرجا جمله‌ای دیدم که دون ذوق علی(ع) بود، حذفش کردم حتی اگر در اصح نسخ ذکر شده بود که از امیر مؤمنان است. و هرجا جمله‌ای دیدم که در نسخه‌های نامعتبر منسوب به علی(ع) است اما ذوقش در حد ایشان است، آن را در نهج‌البلاغه جای دادم." اما باز هم محقّقان قانع نشدند و حافظ شاملو را نامعتبر دانستند. ولی یکی از پرفروش‌ترین نسخه‌های حافظ بود. در حافظ شیرازِ شاملو، سنت‌شکنی هم شده و به جای اینکه دیوانِ را با "الا یاایهالساقی..." شروع کند، آن را با غزل "صلاحکار کجا و من خراب کجا" آغاز کرده ضمن اینکه گفته "صلاح کار" غلط است و "صلاحکار" درست است. شاملوَ مقدمه‌ای هم به آن کتاب نوشت که پس از چند بار تجدید چاپ، دیگر اجازه ندادند مقدمه‌اش چاپ شود و کتاب حافظ شیراز(شاملو) بدون مقدمه به چاپخانه رفت. چند سطر از مقدمه‌اش را که قابل چاپ است، برایتان می‌آورم:

"به‌راستی کیست این قلندر یک لاقبای کفرگو که در تاریک‌ترین ادوار سلطه ریاکاران زهد فروش؛ در ناهار بازار زاهدنمایان و در عصری که حتی جلّادانِ آدمی‌خوارِ مغروری چون امیر مبارزالدین محمدِ و پسرشِ شاه شجاع نیز بنیان حکومت آن‌چنانی خویش را بر حد زدن و خُم شکستن و نهی از منکر و غزوات مذهبی نهاده‌اند..." تصحیح حافظ به سبک شاملو، فقط یکی از کارهای اوست که باعث جنجال شد و بین ادیبان مخالفتهای زیادی را برانگیخت. تحقیق دیگرش روی ماجرای ضحّاک و فریدون و کاوه آهنگر هم به بحثهای زیادی ختم شد مخصوصاً که آن تحقیق را در هزاره فردوسی منتشر کرد. شاملو با دلایلی ثابت کرد که جمشید جم شاهی بوده مثل محمدرضا شاه و ستم می‌کرده، ضحّاک هم کسی بوده مثل انقلابی‌های ضدشاه که قیام کرد و حکومت شاهنشاهی و طبقاتی را نابود کرد و طبقه را از جامعه برداشت، کاوه آهنگر نیز یکی بوده مثل شعبان بی‌مخ، و فریدون هم شاهزاده‌ای فراری بوده که به کمک کاوه به تخت شاهی می‌رسد. این حرفها که شاملو برایش دلایلی علمی داشت، فقط برای ادیبان قابل قبول نبود زیرا مردم هم نمی‌توانستند آن را بپذیرند چون قرنها بود که شنیده بودند ضحّاک ماردوش آدم غاصبی بوده و مغز جوانان را به خورد مارهایش می‌داده و کاوه دلیر علیه او قیام کرد و فریدون پاک‌نژاد را به سلطنت رساند. اما برای شاملو مهم نبود که ادیبان و مردم درباره‌اش چه می‌گویند. مثل وقتی که از شعر کلاسیک به شعر نیمایی گرایش پیدا کرد و ادیبان طرفدار قالبهای قدیمی شعر او را سرزنش کردند، و یا مثل وقتی دیگر که قالبهای نیمایی را هم در هم شکست و شعر سپید گفت و همه حتی خود نیما از او روی گرداندند. شاملو تقریباً هر ایده یا اثری از خود بیرون می‌داد، کلی مخالف پیدا می‌کرد.

شاملو همه کاره بود: شاعر، نویسنده، روزنامه‌نگار، محقق، مترجم، فرهنگ نویس، سناریست و فیلم‌ساز، مجری رادیو و شغلهای دیگری که در همین زمینه‌ها بوده. او بیشتر وقتها برای ذوقش کار می‌کرد و گاهی هم برای معاش. خودش از کارهایش در سینما با

افتخار یاد نمی کند و می گوید فقط برای تأمین هزینه‌های زندگی بوده.

او نتوانست به‌طور منظم درس بخواند چون پدرش نظامی بود و مدام به شهرهای دیگر منتقل می‌شد و نتوانست کلاس ششم دبیرستان را تمام کند. کلاس ششم بود که برای فعالیتهای سیاسی به زندان افتاد و دیگر درس را رها کرد. این احمد شاملویی که در شعر و ترجمه و کارهای پژوهشی از سر آمدان است، به مقیاس امروزی‌ها دیپلم ردّی است که البته این هیچ ربطی به سواد علمی و ادبی او ندارد. ترجمه‌هایش از شاهکارهای ترجمه است. پیشنهاد می کنم شازده کوچولو و شعرهای لورکا و مارگوت بیکل و لنکستن هیوز را با ترجمه و صدای شاملو گوش کنید.

در اوایل دهه ۲۰ شمسی پدرش را برای سر و سامان دادن به اوضاع نابسامان ژاندارمری به گرگان و ترکمن صحرا اعزام کردند. وقتی که ارتش متفقین وارد ایران شد، احمد شاملو در شمال ایران علیه متفقین فعالیتهای سیاسی کرد. مدتی بعد به تهران رفت و همانجا دستگیرش کردند. چندی در زندان سیاسی شهربانی بود بعد او را به رشت و به زندان شوروی انتقال دادند. پس از تحمّل حبس و آزادی از زندانِ شوروی با خانواده‌اش به رضاییه(ارومیه) رفت. همان روزها پیشه‌وری و فرقه دموکرات در آذربایجان به قدرت رسیدند و بار دیگر احمد شاملو را گرفتند و حکم اعدام برایش نوشتند. قرار شد مقامات بالاتر حزب دموکرات آن حکم را تأیید کنند. دو ساعت طول کشید تا مقامات بالاتر حکم دادند آزادش کنند. در آن دو ساعت، او را با چشم بسته به ستون چوبی بسته بودند و جوخه آتش برای رسیدن دستور از مقامات بالاتر، جلو او آماده تیراندازی بودند. شاملو پس از رهایی از اعدام به تهران رفت و در یک کتابفروشی مشغول کار شد و ضمن کار، کتابهای کتابفروشی را می‌خواند و با مشتریانی که اهل علم و ادب بودند، بحثهای ادبی و سیاسی می کرد. شعر می‌نوشت و سری بین سرها در آورده بود. به نیما ارادت پیدا کرده بود و این دوستی و اعتماد دو طرفه بود طوری که نیما گفته بود شاملو تنها کسی است که می تواند او را درک کند. همین دیدارها بود که شاملو قالب نیمایی را برای شعرهایش انتخاب کرد و از استادان این سبک شد.

پس از کودتای ۲۸ مرداد، فضای سیاسی و ادبی بسته و محدودتر شد. در سال ۱۳۳۲ مجموعه شعری به نام "**آهن‌ها و احساس**" اثر شاملو در چاپخانه آماده توزیع بود. پلیس به چاپخانه رفت و همه را سوزاند بعد به خانه‌اش حمله کردند و چند کتاب که هنوز دستنویس بود و چاپ نشده بود، نابود شد. از جمله ترجمه "**طلا در لجن**" اثر زیگموند موریس و بخش عمده ترجمه "پسران مردی که


احمد شاملو

...شاملو با دلایلی ثابت کرد که جمشید جم شاهی بوده مثل محمدرضا شاه و ستم می‌کرده، ضحاک هم کسی بوده مثل انقلابی‌های ضدشاه که قیام کرد و حکومت شاهنشاهی و طبقاتی را نابود کرد...

قلبش از سنگ بود" اثر موریو کایی و چند داستان کوتاه به قلم خودش و مقداری از یادداشتهای کتاب کوچه کلاً نابود شدند. شاملو توانست از آن مهلکه فرار کند و به چاپخانه مؤسسه اطلاعات پناه ببرد. چند روز بعد پلیس از مخفیگاهش باخبر شد و او را به زندان قصر بردند. در زندان تحقیقی درباره شاهنامه کرد و پیش‌نویس دستور زبان فارسی را هم نوشت. قصه بلندی هم به سبک امیرارسلان و ملک بهمن نوشت اما در زندان نابود شد. شاملو به یک سال زندان محکوم شد و همان روزها مرتضی کیوان و ۹نفر از افسران سازمان نظامی حزب توده اعدام شدند. شاملو درباره بسیاری از سیاسی‌هایی که اعدام می‌شدند، شعرهایی حماسی گفت. برای مرتضی کیوان هم شعر "از عموهایت" را گفت:

"نه به خاطر آفتاب نه به خاطر حماسه/به خاطر سایه بام کوچکش/ به خاطر ترانه‌ای کوچکتر از دستهای تو/ نه به خاطر جنگلها نه به خاطر دریا/ به خاطر یک برگ به خاطر یک قطره/ ...به خاطر ناودان، هنگامی که می‌بارد/ به خاطر کندوها و زنبورهای کوچک /به خاطر جارِ سپیدِ ابر در آسمانِ بزرگِ آرام/ به خاطر تو/ به خاطرِ هر چیز کوچک، هر چیزِ پاک بر خاک افتادند/ به یاد آر/! عموهایت را می گویم/ از مرتضا سخن می گویم"

مرتضی کیوان شاعر، منتقد هنری، روزنامه نگار و عضو حزب توده بود. او را دستگیر و در ۲۷ مهر ۱۳۳۳ در زندان قصر تیرباران کردند. سیاوش کسرایی، هوشنگ ابتهاج و شاهرخ مسکوب هم از اعدام او متأثر شدند و آثاری خلق کردند:

"من در تمام این شب یلدا/ دست امید خسته خود را/ در دستهای روشن او می گذاشتم/ کیوان ستاره بود/ با نور زندگی کرد /با نور در گذشت" منظور استاد ابتهاج(سایه) از شب یلدا دوران سیاه دودمان پهلوی است. شاملو شعری هم در مرگ وارطان سالاخانیان دارد که به "وارطان سخن نگفت" معروف است. شاعر برای اینکه بتواند این شعر را منتشر کند، نام "نازلی" را بر آن گذاشت. وارطان از مبارزان مسیحی و سیاسی‌های سوسیالیست بود که زیر شکنجه جان داد و حرفی از زیر زبانش بیرون نیامد.

شاملو شاعری خود را در سال ۱۳۲۶ با انتشار کتاب "آهنگهای فراموش شده" به ثبت رساند. شعرهای این کتاب در قالب کلاسیک است. خودش این کتابش را دوست ندارد و می گوید بهتر بود سوزانده می‌شد. آثار بعدی او در قالب نیمایی بود. در این قالب اشعار بسیار زیبایی سروده. مثل: "بیابان را سراسر مه گرفته‌ست/ چراغ قریه پنهان است/ موجی گرم در خون بیابان است/ بیابان خسته، لب‌بسته، نفس بشکسته، در هذیان گرم مه عرق می‌ریزدش آهسته از هر بند... بیابان را سراسر مه گرفتست/ با خود فکر می کردم که مه گر همچنان تا صبح می‌پایید/ مردان جسور از خُفیه‌گاه خود به دیدار عزیزان باز می‌گشتند... بیابان را سراسر مه گرفته‌است..." در این شعر دارد می گوید بیابان(اوضاع کشور) مه‌آلود و تیره و تار است. و در توصیفی دیگر معنای ظاهری را گرفته و گفته اگر همین‌طور تاریک باشد، مبارزانی که در کوهها و جنگلها پنهان شده‌اند، در تاریکی می‌آیند و با زن و فرزندشان دیدار می کنند. و باز وارد فاز نمادین می‌شود و می گوید ولی دیداری میسر نمی‌شود چون فضای سیاسی کشور سیاه است و مبارزان باید پنهان شوند.

شاملو وقتی که در سرودن شعر سیاسی و قالب نیمایی به اوج رسید، مسیرش را تغییر داد و با انتشار کتاب "قطعنامه" "سبک جدیدی را عرضه کرد. دکتر براهنی می گوید: "شاملو با قطعنامه شعر جدیدی را پیشنهاد می کند و التزامی بسیار صریح را بر گرده شعر می گذارد که شاید با ذات شعر به معنای واقعی منافات داشته باشد ولی ضرورت زمانه، روانشناسی خود شاملو و اعتراض عمیق او به قرارداد از هر نوع، نگارش این شعر را ایجاب می کرد..." او با هر قاعده و قانون و قراردادی مخالف بود برای همین نتوانست قبول کند در قالب اوزان نیمایی شعر بگوید و تمام قالبهای رایج شعر فارسی را در هم شکست.

عبدالعلی دستغیب منتقد ادبی معتقد است "شاملو پس از نیما، بیشترین تأثیر را بر شعر و شاعران معاصر داشته و در میان شاعران معاصر ایران، عاشقانه‌های شاملو، زیباترین ترانه‌های عشق در شعر نوِ فارسی است": "به نظرم یکی از دلایلی که شعر سپیدِ خیلی همه گیر شد، نداشتن وزن عروضی است بنابراین کسانی که ذوقشان آنقدر ظریف و دقیق نیست که وزنهای عروضی را در شعر کلاسیک و شعر نیمایی بفهمند و رعایت کنند، برایشان آسانتر است که به نثر شعر بگویند. مثال: "صبح در تنهایی زیر آسمان می‌نشینم و فنجانی قهوه تلخ می‌نوشم." این نثر است ولی این یکی: "صبح خواهد شد و به این کاسه آب آسمان هجرت خواهد کرد..." از سهراب سپهری است و حتی اگر وزن عروضی نداشت، باز هم شعر بود چون بین آسمان و افتادن عکس آسمان در آب رابطه ایجاد کرده و اولین کسی بوده که گفته آب را که می‌خورم، آسمان را هم می‌خورم. خیلی از کسانی که دوست دارند شاعر باشند و نمی‌توانند شعر عروضی بگویند، پیرو شعر سپید شده‌اند برای همین این آمار غلط است که بگوییم شاعران سپید از شعر نیمایی یا کلاسیک بیشترند. اگر شعر سپید و قوانین آن را بشناسیم، روی شعر بیشترِ بیشترِ شاعران سپید گوی خط خواهیم کشید.

ادامه دارد

قصه‌ی هفته

مصطفی گلیاری

آی خـــدا قربان تو را که چه دقیقی!



مادرم را بیدار کردم. آهسته گفتم وقت نمازه... به ساعت شماطه‌دارش نگاه کرد و گفت: "قربون پسر مؤمنم برم!"... کودکی من پر است از اینجور خاطره‌ها. همیشه مادرم مرا برای مؤمن بودنم می‌ستود. از هفت سالگی نماز می‌خواندم و روزه می‌گرفتم. وقتی مادرم قرآن تلاوت می‌کرد، کنارش می‌نشستم و کلمات را حفظ می‌کردم. مادرم مطمئن بود که من با اولیای دین محشور می‌شوم و جایم در مراتب بالای بهشت است. پدرم به این حرفها اعتقاد نداشت و مادرم را مسخره می‌کرد. بچه‌های در و همسایه هم هر وقت چشم مادرم را دور می‌دیدند، تیکّه می‌انداختند که تو جانماز آب می‌کشی و آدم منفعت طلب و ریارکاری هستی که شیطان پیشت لُنگ می‌اندازد. در فامیلمان پسرعمویی داشتم به اسم امیر معروف به امیر کوتوله که پدرش جذام داشت و از خجالت خودش را کشته بود. مادرش خیلی زود شوهر کرد و امیر را به پدرم سپرد و خودش با شوهر جدیدش به کویت رفت. من کلاس چهارم دبستان بودم که امیر ساکن خانه ما شد. مدتی بود که از مدرسه فرار کرده بود چون ناظم دبیرستانش را زده بود. آدم باورش نمی‌شد که امیر کوتوله بتواند دبیرش را بزند. کلاس هشتم بود، سه سال هم رفوزه شده بود ولی قدّش به شانه من هم نمی‌رسید. صورتش کوسه بود و ریش و سبیل درنمی‌آورد. کسانی که او را نمی‌شناختند، فکر می‌کردند هفت هشت ساله است اما صدایش کلفت و مردانه بود. وقتی که به خانه ما آمد، مادرم یک دست لباس که مال چند سال پیش من بود، به او داد و گفت برو حموم. امیر گفت هفته پیش حمام بوده. مادرم گوشش را گرفت و او را به حمام انداخت. لباسهایش را هم دور ریخت. مرا هم به او نشان داد و گفت: "از امروز مثل صادق باش. با پسرهای محله نگرد و ازشون چیزی یاد نگیر تا دنیا و آخرتت نسوزه." امیر گفت: "چشم!" و به من گفت: "صادق جان بریم و چیزهای خوبی رو که بلدی، یادم بده!"

اینجوری بود که من و امیر رفیق شدیم. برایم آدم جالبی بود. کارهایی بلد بود و حرفهایی می‌زد که به عقل جن نمی‌رسید. گنجینه‌هایی هم داشت که اول مرا قسم داد به کسی نگویم، بعد نشانم داد. توی دفتر بزرگی بریده مجله چسبانده بود. پر از عکس زنهای خوشگل بود. به او هشدار دادم که اگر مادرم بفهمد، همه را آتش خواهد زد او را هم یک ماه به درخت خواهد بست. گفت مراقبم. مقداری هم طلا جواهر داشت که چشم را خیره می‌کرد. پرسیدم از کجا آورده‌ای؟ گفت "من دزد دریایی هستم." گفتم اگر راستش را نگوید، به مادرم می‌گویم. گفت: "وقتی مادرم شوهر کرد و داشت می‌رفت کویت، همه طلاهاشو برداشتم." گفتم: دزدی؟ گفت: اگه حقت دست کسی باشه و برش داری، دزدی نیست. هوا گرمه. موافقی هندونه بخوریم؟ گفتم: نداریم. گفت "بریم تا ببینی داریم." مرا به میوه‌فروشی برد. هندوانه‌هایی را که بیرون مغازه بود، نشانم داد و گفت: "اینم هندونه! برو تو مغازه و یهو ادای افتادن دربیار و با صدای خیلی بلند گریه کن. یه خورده بعد بیا پارک." بی‌اختیار دستورش را اجرا کردم. میوه‌فروش و چند رهگذر آمدند و مرا دوره کردند. کمی بعد به مردمی که دورم بودند، گفتم خوب شدم و به پارک رفتم. امیر را دیدم که داشت هندوانه قرمز و شیرین می‌خورد. گفتم این حرومه! گفت "اگه حرومه، خدا همین حالا بزنه به کمرم... صبر کن من بخورم، اگه طوریم نشد، تو هم بخورا!" خیلی بااشتها می‌خورد. پرسیدم: کی معلوم میشه خطر نداره؟ گفت: "بخوری نخوری، فرقی نمی کنه چون حالا دیگه شریک دزدی... بخور خیلی شیرینه!" این اولین شرکتِ من در دزدی بود. خواستم پیش مادرم اعتراف کنم ولی خجالت کشیدم. روز بعد امیر گفت بریم آدامس برداریم. گفتم: نمیام حرومه! گفت: اگه نیای، به مادرت میگم هندونه دزدیدی. تقریباً هر روز با امیر شریک می‌شدم و به دزدی می‌رفتیم. کم کم ترس و شرمم ریخت. تابستان بود و مدام در کوچه ولو بودیم. یک بار گفت برای خنده برویم و کفش‌های مسجد را بدزدیم. گونی برداشتیم و کار را انجام دادیم. بعدش آمدیم جلو مسجد و مردم را نگاه کردیم که حیران کفشهایشان بودند. امیر گفت: "از مسجد که میگن خونه خداس، کفش مؤمن‌ها رو دزدیدیم و خدا ما رو به سنگ تبدیل نکرد. من می‌خوام وقتی بزرگتر شدم، بشم رئیس باند دزدها. تو رو هم می کنم معاون خودم."

گردش تقویم مرا برای سربازی به شهری دیگر برد. سربازی من بی‌درد سر طی شد ولی خصلت دزدی در من مانده بود و گاهی چیزی می‌دزدیدم و چون به دلیل لو رفتن نمی‌توانستم از اموال دزدی استفاده کنم، آنها را توی ساک و زیر تخت این و آن می گذاشتم و همقطارهای از همه‌جا بی‌خبرم به دزدی و مجازات و زندان و اضافه خدمت محکوم می‌شدند. هیچ کس هم به من شک نمی کرد چون از همه سربازها ظاهرالصلاح‌تر بودم. لذت می‌بردم که می‌توانم همه را فریب بدهم و دزد و بدجنس باشم اما پاسبان‌نمایی کنم. یک بار یک دسته کاغذ یادداشت آرم‌دار و مُهر رئیس قرارگاه را کش رفتم و گذاشتم لای وسایل رضا زارع که سرباز بدبختی بود که آزارش به مورچه هم نمی‌رسید. از رضا زارع حرص می‌خوردم که اینقدر ساکت و بی‌آزار بود. او را به حراست بردند و دیگر برنگشت. می گفتند زندانی شده. بدبخت مادرمرده دو ماهش مانده بود ترخیص شود. نامزد داشت و قرار بود بعد از سربازی عقد کنند.

در سه ماه آخر سربازی مأمور شدم محافظ ماشین‌های حمل پول شوم. کار راحتی بود. روزی یک بار سوار می‌شدیم و گونی‌های مخصوص را سوار می‌کردیم و سهمیه چند بانک را می‌دادیم. تنها هیجان آن سه ماه روزی بود که سه نفر مسلح به ما حمله کردند. خیلی بهم برخورد که دزد آمده به دزد بزند. شجاع شدم و یک دقیقه هم طول نکشید که هر سه را زدم که یکی‌شان همانجا مرد. بعدش من شدم قهرمان و پاداش گرفتم. بهترین پاداش این بود که گفتند خدمتت که تمام شد، جزء نیروهای دائم بانک باش... دزد از خدا چه می‌خواهد؟ اعتماد!

از خودم خوشم می‌آمد که می‌توانستم سر دیگران

کلاه بگذارم و خودم را آدم خوب و مؤمن و مثبتی نشان بدهم. هر روز صبح لباس تمیز و اتو کشیده می‌پوشیدم و نیم ساعت زودتر به محل کارم می‌رفتم. اسم رئیسم آقای طاهری بود. همچین در چشمش عزیز و قابل اعتماد بودم که شدم امین خانوادگی او. زن و دخترش را دستم می‌سپرد تا در ساعتها یا روزهایی که تعطیل بودم، راننده آنها باشم. مزد خوبی هم می‌داد. یاد حرف امیر افتادم: آدم هر چه حقه‌بازتر و ریاکارتر باشد، موفق‌تر است.

اول‌های آبان بود. آقای طاهری گفت: "یه زحمتی برات دارم. چهارشنبه خانم بچه‌ها رو ببر بابلسر. عروسی دخترخاله‌شه. جمعه شب هم برشون گردون. یه اتاق تو هتل برات گرفتم. این چند روز رو می‌مونی بابلسر و کارهاشون رو انجام میدی."

این خانواده فکر می‌کردند پاکترین آدم دنیا هستم. من در ظاهر به زن و دختر طاهری نگاه نمی‌کردم. هر وقت با من حرف می‌زدند یا من چیزی می‌گفتم، سرم پایین بود یا به درو دیوار نگاه می‌کردم. مرا ستایش می‌کردند که چه آدم چشم پاکی هستم! بیچاره‌ها خبر نداشتند که بلد بودم چطور نگاهشان کنم که خودشان نفهمند.

بعداز ظهر چهارشنبه زن و بچه طاهری را سوار کردم و راهی شدیم. جاده شلوغ بود ولی طوری نبود که گیر کنیم. نزدیک پنج ساعت در راه بودیم و خانم طاهری مدام با میوه و چای و تنقّلات از من پذیرایی می‌کرد. همیشه می‌گفت خدا بهش پسر نداده و حالا شکر می‌کند که من شده‌ام مثل پسرش. من هم می‌گفتم از وقتی که با آنها آشنا شده‌ام، دیگر غصه نمی‌خورم که مادر ندارم و پدرم بی‌عاطفه است. برای آنها قصه‌هایی می‌ساختم و خودم را خیلی مظلوم نشان می‌دادم و جگرشان را ریش می‌کردم.

در بابلسر آنها را به خانه خیلی بزرگ و مجللی بردم و خودم به هتل رفتم. چند دقیقه بعد از ورودم به اتاق هتل، زنگ زدند گفتند مهمان دارم. رفتم پایین. امیر را دیدم. کت شلوار تمیزی تنش بود. کراوات هم زده بود. همانطور کوتوله و زردنبو بود. خواستم بغلش کنم ولی رفتارش خشک و جدی بود و اشتیاقم را کشت. گفت بریم بیرون. سوار ماشین من شدیم و از هتل دور شدیم. کلی حرف داشتم و دلم می‌خواست خاطرات سربازی و بعد از آن را برایش تعریف کنم ولی نگاهش طوری بود که ساکت ماندم. خودش سر حرف را باز کرد: "تعجب نکن که چطور پیدات کردم. هرجا پول و طلاجواهر باشه، بو می‌کشم و پیداش می‌کنم. ردّ تو رو از اونجا گرفتم که بچه‌های من به ماشین پول حمله کردن و تو یکیشونو کشتی. قصدم این بود بیام و انتقام بگیرم ولی وقتی فهمیدم تویی، حق هندونه‌ای رو که با هم خوردیم، نگه‌داشتم ولی مثل سایه دنبالت افتادم. فردا شب بچه‌هام به سالن عروسی حمله می‌کنن و طلاجواهر خانم‌ها رو می‌ریزن تو کیسه. برای این کار به وجود تو نیاز ندارم. کاری که ازت می‌خوام اینه که دو هفته بعد

از خودم خوشم می‌آمد که می‌توانستم سر دیگران کلاه بگذارم و خودم را آدم خوب و مؤمن و مثبتی نشان بدهم. هر روز صبح لباس تمیز و اتو کشیده می‌پوشیدم و نیم ساعت زودتر به محل کارم می‌رفتم

قراره یه ماشین پر از پول از تهرون ببرین کرج. وقتی ما او مدیم سراغتون، همه تیرهات باید خطا بره. سهم خیلی خوبی هم گیرت میاد." بی‌درنگ گفتم: "اگه بهم مشکوک شدن؟" گفت: "یه گلوله به پات می‌زنیم..! از حالا تا دو هفته دیگه با هم هیچ ارتباطی نمی‌گیریم." و پیاده شد و رفت.

معلوم بود امیر به خواسته‌اش رسیده و رئیس باند شده. حسودی‌ام شد. چرا در این مدت من هیچ پیشرفتی نکرده بودم. حتی مدتی بود که دیگر دله دزدی هم نمی‌کردم و شده بودم یک آدم پاک و پاکیزه. از خودم خوشم نیامد. دلم می‌خواست در سرقت فرداشب شرکت کنم و مثل دزدهای فیلمهای خارجی وسط سالن عروسی بایستم و برای ترساندن مردم سقف را به رگبار ببندم. وسوسه هم شدم جوراب سیاه زنانه به سرم بکشم و بروم ولی جرأت نکردم از دستور امیر سرپیچی کنم.

فردای آن روز زن و بچه طاهری را به چند فروشگاه بردم. بعد از ظهر هم جلو آرایشگاه پیاده کردم. چند ساعت بعد دنبالشان رفتم و آنها را به سالن رساندم. عملیات امیر طبق نقشه پیش رفت و عروسی به هم ریخت. آقای طاهری حسرت می‌خورد که چرا هماهنگ نکرده که من محافظ مجلس عروسی باشم.

سه روز قبل از شروع عملیات سرقت مسیر کرج، جلو قرارگاه خودمان داشتم ماشین آقای طاهری را دستمال می‌کشیدم. یک نفر گفت: "صادق؟" دیدم رضا زارع است. بغلش کردم و حال و احوال پرسیدم. گفت دو ماه پیش آزاد شده و در این دو ماه پیش تک تک همقطارهایش رفته و آنها را قسم داده که آیا خبر دارند چه کسی آن پاپوش را برایش دوخته؟ پرسیدم نامزدت چه شد؟ گفت: "وقتی زندون بودم، شوهر کرد." چشمش خیس شد ولی دلم اصلاً برایش نسوخت چون به قول امیر "کسی که خنگه حقّشه که بدبخت بشه."

رضا زارعی از جیبش قرآن کوچکی در آورد و گفت: "همه بچه‌های همدوره‌ای ما به این قرآن قسم خوردن که از ماجرای پاپوش خبر ندارن. تو آخرین کسی هستی که پیدات کردم." و قرآن را طرفم گرفت و ادامه داد: "مطمئنم بدنت پاکه. قرآن رو بگیر و قسم بخور." قرآن را گرفتم و آن را به کمرم زدم و گفتم: "قرآن به کمرم بزنه اگه خبر داشته باشم و نگم." کمی نگاهم کرد و گفت: "پس کار کی بوده؟" گفتم: "شاید کسی که اون جنایت رو در حقت کرده، به قرآن هم قسم دروغ خورده." گفت: "امکان نداره. هیچکس جرأت نمی‌کنه به قرآن قسم دروغ بخوره."

گفتم: "همه که مثل من و تو باتقوا نیستن. مردم عوض شدن." گفت: "اگه کسی به قرآن قسم دروغ بخوره، باید جواب پس بده." و رفت. به ریشش خندیدم که این نادان را ببین که کار و بارش را گذاشته و همه جا را گشته تا ما را قسم بدهد. زود فراموشش کردم چون فکرم به عملیات سرقت جاده کرج مشغول بود. قلبم تند می‌تپید و هیجان داشتم ولی هیچ نمی‌ترسیدم.

ماشین ما وسط راه کرج بود. یکهو چرخ جلو پنچر شد. مطمئن بودم کار امیر است و میخ سه سر توی جاده ریخته. راننده ما نگه داشت و تا پیاده شد، امیر و افرادش آمدند. من به دفاع تظاهر کردم. رانم تیر خورد و افتادم. یکی دیگر از نگهبانها هم تیر خورد. امیر اینها داشتند موفق می‌شدند. از رؤیای پولدار شدن، درد گلوله را زیاد حس نمی‌کردم. در آخرین لحظات کار یک هلی کوپتر از بالا و دو تا ماشین پلیس از پایین آمدند. امیر اینها تیراندازی کردند. پلیس‌ها هم از بالا و پایین جواب دادند. دو نفر از افراد امیر کشته شدند. خودش و یک نفر دیگر هم زخمی شدند و نقشه او شکست خورد.

در بیمارستان از من تقدیر کردند. فردای آن روز دو پلیس با لباس شخصی به بیمارستان آمدند. عکس امیر را نشانم دادند. پرسیدند: اینو می‌شناسی؟ گفتم: نه. گفتند: "پس چرا وقتی که هتل بابلسر بودی، اومد دیدنت؟" معلوم شد پلیس از روی فیلمهای سالن فهمیده بود گروه امیر همانهایی هستند که به سالن عروسی حمله کرده بودند. و بعد از تحقیقاتی پذیرش هتل گفته بود امیر به دیدن من آمده بوده. بررسی‌های بعدی نشان داد که او پسر عموی من است. کارم زار شد. مرا به بیمارستان دیگری منتقل کردند و دستم را به تخت بستند.

نقشه فرار کشیدم. از سینی غذایی که برایم آوردند، چاقو کش رفتم. شب پیچهای میله تخت را باز و دستبند را آزاد کردم. پشت در قایم شدم و ناله کردم. پلیسی که جلو اتاقم بود، داخل شد. با میله تخت توی سرش زدم و لنگان لنگان عزم فرار کردم. پرستار جلویم را گرفت. او را توی اتاق خودم انداختم و گفتم: "بیای بیرون، مغزت رو پریشان می‌کنم." رفتم و به آسانسور رسیدم. دکمه را زدم. یک طبقه پایین‌تر گیر کرده بود. چند نفر را دیدم که می‌آمدند. خواستم از پله‌ها بروم. پایم پیچ خورد و غلت خوردم به طرف پایین. و بیهوش شدم. سه روز بعد چشم باز کردم. روی تخت مراقبتهای ویژه بودم. گفتند به علت سقوط از پله‌ها کمرم شکسته. صدای خودم در گوشم پیچید: "قرآن به کمرم بزنه اگه..." آی خدا قربانت بروم که چه دقیقی!... حالا پنج سال است که من و امیر در یک سلول زندانی هستیم. دکتر به او گفته بود گلوله‌ای که به او خورده، چیز مهمی نیست ولی مهم بود. چون دو ماه بعد فلج شد. کمر من هم هرگز خوب نشد. انگار همیشه باید درد کند و هرگز صاف نشود و تا ابد خمیده راه بروم تا یادم باشد که آفرینش بر مدار دادگری استوار است. ■

تماشاگه راز

زیر نظر: محمدرضا مهدیزاده

نمونه شعر کهن

خجلت

همه کس کشیده محمل به جناب کبریایت
من و خجلت سجودی که نکرده‌ام به پایت
نه به خاک در بسودم، نه به سنگش آزمودم
به کجا برم سری را که نکرده‌ام فدایت
هوس دماغ شاهی چه خیال دارد اینجا
به فلک فرو نیاید سر کاسهٔ گدایت
به بهار نکته سازم، ز بهشت بی‌نیازم
چمن آفرین نازم به تصوّر لقایت
نتوان کشید دامن ز غبار مستمندان
بخرام و نازها کن، سرِ ما و نقش پایت
نفس از تو صبح خرمن، نگه از تو گلِ به دامن
تویی آنکه در بر من، تهی از من است جایت
ز وصال بی‌حضورم، به پیام ناصبورم
چقدر ز خویش دورم که به من رسد صدایت
نفسِ هوس خیالان، به هزار نغمه صرف است
سرِ دردسر ندارم، من بیدل و دعایت

بیدل دهلوی

نمونه شعر نو

گل مهر تو

گلی را که دیروز
به دیدار من هدیه آوردی ای دوست
دور از رخ نازنین تو
امروز پژمرد
همه لطف و زیبایی‌اش را
که حسرت به روی تو می‌خورد و
هوش از سرِ ما به تاراج می‌برد
گرمای شبِ برد
صفای تو اما، گلی پایدار است
بهشتی همیشه بهار است
گل مهر تو در دل و جان
گل بی‌خزان
گل، تا که من زنده‌ام،ماندگار است

فریدون مشیری

لعنت

باید
دهانی را که برای دوست داشتنت
باز می‌شد
می دوختم
نباید
نباید از خط قرمز لب ها
عبور می کردم
لعنت
لعنت به دهانی که بی‌موقع باز شد

مینا آقازاده

پنج دو بیتی نذر حضرت معصومه (س)

"۱"

دل بیچاره‌ام غرق تلاطم
درون درّهٔ دلواپسی گم
کبوتروار پر زد تا نشیند
به روی گنبد مهر تو در قم

"۲"

پر از خورشید و ماه است آسمانت
حریم اهل بیت است آستانت
اجابت کن دعای زخمی‌ام را
به حق عاشقانِ خاندانت

"۳"

اگر چه آخرین و بدترینم
جهنم هم نشسته بر جبینم؛
حریم آستانت چون بهشت است
نصیبم کن ضریحت را ببینم

"۴"

شبیه فاطمه، کوثر نشانی
تو الگوی تمام دخترانی
نه تنها آبروی قم که بی‌شک
دلیل اعتبار کهکشانی

"۵"

چو حوّا در پی گندم نبودی
جدا از درد این مردم نبودی
ز جای خویش هرگز بر نمی‌خاست
اگر تو در میان قم نبودی

محمدرضا مهدیزاده
فروردین ۹۶

صدایت

گل می‌شکفد دم به دم از خاک به پایت
هم ریشهٔ باران و بهار است صدایت
گل کاشتی و لاله نشاندی و گذشتی
پیداست بر این دامن صحرا ردپایت
از نسل کدامین شب مطبوع بهاری‌ست
آن گیسوی آشفتهٔ در باد رهایت؟
با آتشم آمیخت نگاهی که تو کردی
بر خرمن من شعله چکید از مژه هایت
بر چهره بخوان شرح مرا قطره به قطره
اشکم همه را ترجمه کرده است برایت
امشب غزلم را صلهٔ چشم تو کردم
ای شعرترین شعر ترین شعر فدایت
در هر غزلم با تو طلوعی‌ست دوباره
هان تا غزل بعد سپردم به خدایت

سیدعلی میرافضلی



چون اشک

چون اشک که بر چهرهٔ گلرنگ نشسته
شبنم به رخ غنچهٔ دلتنگ نشسته
تا زخمه زند بر نفس تار وجودم
مطرب به برم آمده با چنگ نشسته
افتاد گذارم به سرِ کوی تو دیدم
عشاق تو فرسنگ به فرسنگ نشسته
افسوس که دل گشته گرفتار هوسها
چون شیشه که در تیررس سنگ نشسته
از باغ و چمن زاغ و زغن پای کشیدند
بر شاخ طرب مرغ خوش آهنگ نشسته
گر شهرهٔ آفاق شدی دل نگران باش
بس نام که در رهگذر ننگ نشسته

جواد جهان آرایی ـ کاشان

بگذریم

مفهوم عاشقانه نمانده است، بگذریم
خون در رگ جوانه نمانده است، بگذریم
یک حرف راست از دهنِ بیدها به آب
در پیچ رودخانه نمانده است، بگذریم
از کوچه باغ خوانیِ مستانِ نیمه شب
جز پچ پچِ شبانه نمانده است، بگذریم
در انتشار برف، ورق می‌خورد فصول
پیک پرستوانه نمانده است، بگذریم
تصویرهای بکر به تکرار می‌رسند
شاعر! تو را ترانه نمانده است، بگذریم
دنیا و هرچه هست در آن، وانهادنی‌ست
لطفی درین زمانه نمانده است، بگذریم
یادش به خیر، بازی ایام "گرگ، گرگ"
و آن برّه ـ کودکانه ـ نمانده است، بگذریم

جعفر درویشیان "غروب" ـ کرج

مثل ماهی

مثل ماهی دل زدم تا آخر دریای عشق
ریختم هستی خود را بی‌تامل پای عشق
خواستم عاشق بمانم در جنون جاری شوم
مثل آن کس که ندارد ذرّه‌ای پروای عشق
کوچهٔ ما چون بیابان بوی واویلا گرفت
مشق لیلی در سرم افتاد و شد معنای عشق
نم نم باران و آن موسیقی تلخ سکوت
جمع شد بر روی هم اسباب جانفرسای عشق
گفته بودی تا تو را با یک غزل مهمان کنم
روی چشمم این غزل، این من، واین شبهای عشق
شاعران را باید از افکارشان بیرون کشید
گاهگاهی که چنین غرق‌اند در رویای عشق
خودکشی سهم تمام ماهیان خسته است
روی پیشانی دریا مانده ردپای عشق

مریم چلاوند

معبد ماسه ای

ستاره
ستاره
ستاره
مدام بر دف ماه می کوبید
حیرت معجزهٔ رقص بود
در انگشتان سیاه شب
کابوسها
از گلوی ناقوس شیطان
به دامن خونین خورشید
پرتاب می‌شدند
گرگها سیلی تلبیس ابلیس اند
که بر تخت خود مار می‌بستند
و تقلید تختهٔ سیاه دبستانی بود
که آموزگار را به صلیب می کشید
در معبد هوس
چلچله ها
حسرتناک سیمرغ را فریاد می‌زدند
و زردشت در دشت لوت
معبدهای ماسه‌ای خود را
به دوش باد می‌نهاد
دیگر منتظر معجزه نیستم
هر بار
اردیبهشت از دستان معلم
طلوع می کند
و هنوز
هنوز
ستاره بر دف ماه می کوبد

مجید جوادی زاویه ـ کرج

جوانه های ادبی

*** آقای صادق آقاجانی**

سروده‌های شما از لحاظ وزن و قافیه دچار اشکالات جدی است:
اولین حرفی که از دل بیاموختم "تو"
تا زبان دل گشودم، همه حرفم شده "تو"
من که استاد زبانم به همه واژه و حرف
از تو زیباتر ندیدم به کلام و مهر "تو"
حفظ کردن شعر و دقیق شدن در کتابهایی که در زمینه عروض و قافیه نوشته شده است، به شما کمک خواهد کرد.

*** خانم مبینا رازی ـ شهرری**

گل با کلماتی چون پل، زل و قل قافیه می‌شود.

*** خانم نرگس ناظری ـ رشت**

سروده اید:
من کماکان
منتظر رنگین کمانم
منتظر باران
که بیاید
و بعد آسمان
رنگین تراز گلهای باغ شود
تلاش شما برای جدا شدن از نثر معمولی پیداست، اما بهتر است اشعار نو معاصران را بیشتر بخوانید.

*** آقای یاسر امیدی ـ کرج**

بیتی از حافظ را تقطیع می کنیم:
آن یار کز و خانهٔ ما جای پری بود
سر تا قدمش چون پری از عیب بری بود

وزن این بیت
"مفعول مفاعیل مفاعیل مفاعیل" است:
آن یار = مفعول
کز و خانه = مفاعیل
ی ما جای = مفاعیل
پری بود = مفاعیل
سر تا ق = مفعول
دمش چون پ = مفاعیل
ری از عیب = مفاعیل
بری بود = مفاعیل

*** آقای سعید احمدوند ـ الیگودرز**

استاد شفیعی کدکنی در قید حیات هستند و در تهران سکونت دارند.

سوال

از شما می‌پرسم:
کجا باید رفت
تا دیواری نباشد
و دستها
راحت به آسمان هفتم
برسد؟

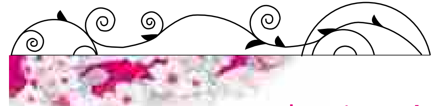
نازنین ملکیان ـ تهران

گر پشت پا به عالم صورت نمی‌زنی
تا حشر در شکنجه این کفش تنگ باش
● صائب تبریزی

نوشته‌های ناب

سنگ آسمانی
Neveshte_Nab@yahoo

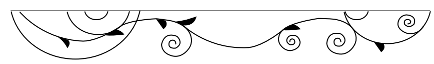
ارسال متن تلگرامی و پیامک فقط با ذکر نام: ۰۹۳۵۶۹۲۰۳۴۹



نازنینم خوبم!

من فقط وصف تو را گفتم و ماندم که چرا
اهل این کوچه به من تهمت دیوانه زدند!

زهرا برمکی



ای بـا همه کس به صلح و با ما به خلاف / جرم از تو نباشد گنه از بخت من است

نگین.ن

زنـده باد هر کی هنوزم عاشـقه / خوش به حال اونکه دیوونه توست / دل من لک زده این روزا چقدر / واسه یک دوست داشتن و عشق درست

مصطفی کاظمی

اظهار عجز پیش سـتمگر ز ابلهی سـت / اشک کباب باعث طغیان آتش است

محمد متین

هر زمان، هر سـاعت و روز، به یادت هسـتم، تا سپیده که بیاید عالم افروز، به یادت هستم

اسفندیار نیک زاد

شـرط آن اسـت که خود مانده و درمان باشیم / مانده در مشکل خود چاره و هرمان باشیم

اقبال قصابی

خورشید ثابت کرد، حتی طولانی ترین شب نیز با اولین تیغ درخشان نور به پایان می رسد، حتی اگر به بلندای یلدا باشـد. بیدار و امیدوار باشی، خورشیدی در راه است

لیلی

مهم نیسـت چقدر تحصیل کـرده ای، چقدر با اسـتعدادی، چقدر ثروتمنـدی و... نحوه رفتارت با دیگران همه چیز را می گوید!

الهه احمدی

صبح آمد و غزل غزل تقدیمت / موسیقی رودی از عسـل تقدیمـت / ارزنده ترین هدیه به دنیا عشـق است / آرامش عشق بغل بغل تقدیمت

خدول

من... این من تنها فقط اتفاق کوچکی هستم از این دنیای خاکی، نیم بیشـترم را باد برده و نیم دیگرم را از تویی که نمی شناسمت دارم

فروغ کریم

ما را غم بی‌وفایی کشته است / عیب از تو نباشد، گنه از بخت من است

منگولو

راهی بزن که آهی بر سـاز آن توان زد / شـعری بخوان که با او رطل گران توان زد / بر آستان جانان گر سـر توان نهادن / گلبانگ سـر بلندی بر آسمان توان زد

نرگس

به دسـتم شمع خاموش جوانی / به پایم داغهای ناتوانی / به دوشـم بار رنج زندگانی / به جانم، آتش بی‌همزبانی

حبیب محمدی

برای انسـانهای موفق در هفتـه ۷ امروز وجود دارد و برای انسـانهای ناموفق ۷ فردا، و در واقع این تفاوتهای کوچک هسـتند کـه نتیجه‌های بزرگی را به بار می آورند

محمدرضا

گاهی خراب شـدن پلها چیز بدی نیست، چون باعث می‌شـود نتوانید برگردید به جایی که از ابتدا هرگز نباید قدم می گذاشتید

هاتف ساروی

هرچنـد می‌دانم نمی آیی ولی هر دم ز شـوق / سوی در می آیم و هر سو نگاهی می کنم

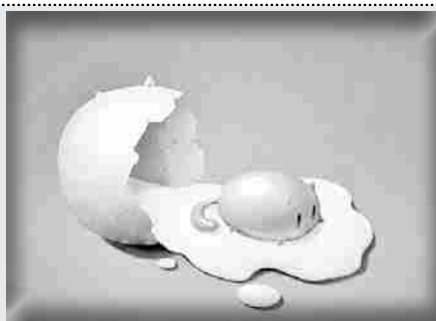
مجید ـ اصفهان

هر نفسی بگویی ام، عقل تو کو؟ چه شد تو را؟ / عقل نماند، بنده را در غم و امتحان تو / مشـرق و مغرب ار روم، ور سوی آسمان شوم / نیست نشان زندگی، تا نرسد نشان تو

فاطمه آیینی

هوا آرام، شـب خاموش، راه آسـمان باز است، زمان در بستر شب، خواب و بیدار است

عباس میرزایی ـ نهبندان



تخم مرغ یک رنگ است.
اما وقتی شکستیش،
دو رنگ می شود...!
پس انتظار نداشته باش!
آدمی را که شکستی،
با تو یک رنگ باشد!

لیلا زندی

انسـان تمـام خوبی‌ها را با یک بـدی فراموش می کنـد و خدا تمام بدی‌ها را با یک خوبی، سـخت نیست اگر یاد بگیریم مانند خدا بخشنده باشیم

عبدالامیر اسدا...زاده

خیلی‌ها فکر می کنند زشت ترین بخش بدنشان بینی شـان اسـت، بعضی‌ها هم با دهانشان مشکل دارند، فکر می کنند دهانشـان خیلی زشـت است و دیگران زیادی هم شکم بزرگشان، مشکلشان است و زشتشان کرده، همه اینها شاید زشت و زیبا باشند، اما من می گویم، زشت ترین بخش بدن آدمها، ذهن شـان اسـت، ذهن آدمها مثل یک حفره عمیقی پر می‌شود از خیلی چیزهای زشت، از شک، از بدبینی، از برداشتهای بد، از نگاه پرغرور به دیگران، از توقع زیـاد، از خودبینـی زیاد، ذهن آدمهـا گاهی تبدیل می‌شـود به عضو زشـت بدن، آنقدر بدن را زشت می کنـد که صد تا جراحی زیبایی هم کاری از پیش نمی‌برد، کاش می‌شـد، جای بینی، شـکم و پا، آدم ذهنـش را جراحی می کرد، هرچـه کلمات بد بود، هرچه افکار ناچسب و بدبینانه بود، هرچه نادوستی و پرتوقعی بود، می آورد بیرون، جایش کلمات خوب تزریق می کرد، چیزهایی که وقتی مردم می دیدنش، حس قشـنگی می گرفتند، حـس مهربانی ولطافت. کاش آدمهـا را می‌شـد اینطوری عمل زیبایی کرد، ذهن زیبا، زندگی را زیبا می کند

پرنده تنها

هر شب از افغان من بیدار خلق، اما چه سود، آنکه باید نامه‌ام را بشنود بیدار نیست

پل شکسته

اگر زمانی در دلت نسـبت به کسـی احساس عصبانیـت و نفرت کردی و خواسـتی تلافی کنی... یکی از بهترین راهها آن اسـت که سـعی کنی مثل او نباشی

زینب انتظاری

مجازات آدم دروغگو این نیسـت که کسی باورش نمی کند، بلکه این است که خودش نمی تواند حرف کسی را باور کند

راضیه محبی ـ گرگان

هـر گاه عیبـی در من دیدی، به خـودم خبر بده، نه کسی دیگر، چون، تغییر آن دست من است جمله‌ای که در یک هتلی نوشـته بود شگفت زده‌ام کرد: اگر سـبب رضایت شما شـدیم، از ما سخن بگو و گرنه با خود ما بگو!

الهه ـ گرگان

گارسـیا مارکز: باید دنیا را کمی بهتر از آنچه تحویل گرفتـه‌ای تحویـل دهی / خـواه با فرزنـدی خوب / خواه با غچه‌ای سرسـبز / خواه با اندکی بهبود شرایط اجتماعی / خواه با حل مشکلی هرچند کوچک از بنده‌ای و اینکه بدانی... حتی فقط یک نفر با بودن تو سـاده تر نفس کشیده است. این یعنی تو موفق شده‌ای!

دانیال رحمانیان

جدول متقاطع



جدولها زیر نظر: داود بازخو
BAZKHOO @ yahoo.com

حرف (ا) چه تعداد است؟

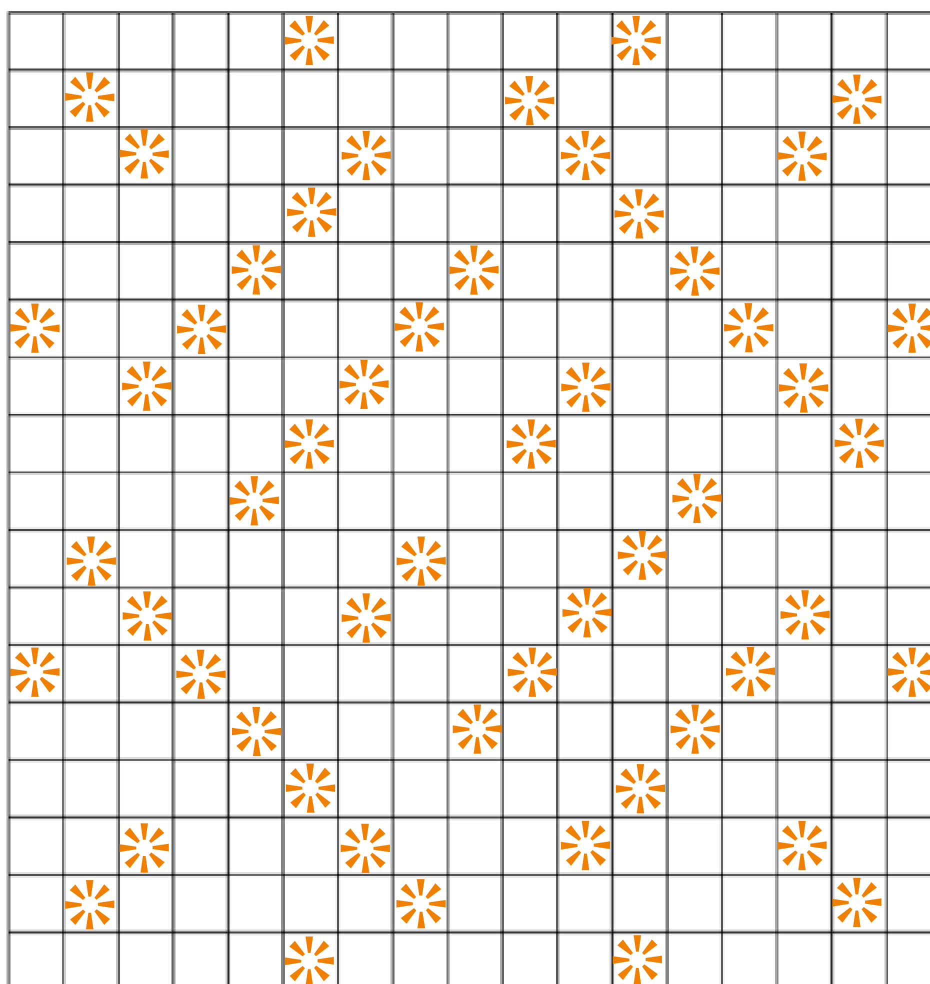
آن دسته از خوانندگانی که نسبت به جدول های این صفحه پیشنهاد و یا انتقادی دارند می توانند فقط پنجشنبه ها از ساعت ۱۸/۳۰ الی ۲۰/۳۰ به شماره تلفن همراه ۰۹۳۵۵۰۱۰۷۷۶ پیامک کنند.

از بین عزیزانی که هر هفته جدول متقاطع مجله را صحیح حل کرده و به دفتر مجله یا ایمیل درج شده ارسال یا تعداد حرف خواسته شده را با ذکر شماره مجله، اسم شهر، نام و نام خانوادگی به تلفن همراه بالا پیامک کنند، یک نفر و برای جداول سودوکو، کاکورو و هیداتو نیز یک نفر به قید قرعه انتخاب و به هر یک هدیه ای به رسم یادبود تقدیم می شود. البته به شرطی که کد پستی، نشانی و نام نویسنده با دقت و خوانا نوشته شده باشد. با توجه به فرصت ۲ ماهه، لازم نیست پست سفارشی شود.

اسامی برندگان جدول ۳۷٤٤

۱ـ هاجر علیجانی ـ مسجد سلیمان
۲ـ ناصر کریم‌زاده ـ بجنورد
۳ـ عاطفه محسنی ـ تهران

جوایز برندگان به نشانی آنها ارسال خواهد شد



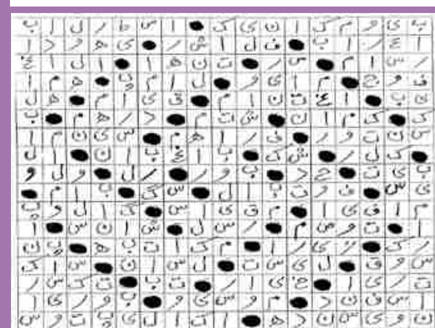
افقی

۱ـ ستمدیده ـ ناسپاس ـ فیل ماقبل تاریخ ۲ـ نفت کوره ـ ازت ۳ـ از ویتامینها ـ بار دیگر ـ چراغ آسمان ـ عقل ـ عدد فوتبالی ۴ـ شهرستان ـ ماه هفتم سریانی ـ عذر نابجا ۵ـ دعای معروف ـ جایزه ـ روشن ـ جاوید ۶ـ گوشت آذری ـ دیداری ـ شب ـ عدد ورزشی ۷ـ فلز سرخ ـ خراسان قدیم ـ حجمی هندسی ـ پایتخت زمستانی هخامنشیان ـ یادداشت ۸ـ باطراوت ـ غربال ـ صورت فلکی ماه مهر ۹ـ بیماری سگی ـ سلسله مقدونیان ـ بافرهنگ ۱۰ـ امر ضروری ـ بازنده شطرنج ـ انباشته شدن ۱۱ـ شتر بی‌دم ـ بی‌خبر از گرسنه ـ میوه‌ای استوایی ـ برای آشتی می کشند ـ عدد منفی ۱۲ـ از مصالح ـ سم ـ رنگی گیاهی ـ پسوند مانند ۱۳ـ بلدرچین، وشم ـ ماه خارج ـ یار کلنگ ـ ویرگول ۱۴ـ سرسرا ـ صوفی، قلندر ـ حیوان مبارک ۱۵ـ پهلوان ـ گل نومیدی ـ فلز پرمصرف ـ دورویی، تظاهر ـ رده، ردیف ۱۶ـ مادر کوروش کبیر ـ شهری در فرانسه ۱۷ـ اتحادیه‌ای مرکب از چند موسسه، دارای سابقه ـ توکل کردن

عمودی:

۱ـ مورد شک ـ حیران ـ ورزشی گروهی ۲ـ کربن گرانبها ـ مبحثی در ریاضی ۳ـ قلق کار ـ نشانه ـ برای خدا شریک قایل شدن ـ گودال عمیق ـ من و شما ۴ـ عطر شیرینی پزی ـ ناامید ـ آستان ۵ـ برتری ـ رنج ـ لغزنده ـ بارکش شهری ۶ـ طنین مگس و پشه ـ گیاهی خورشتی ـ آزاد ـ آب بند ۷ـ الفبای موسیقی ـ مقامی در موسیقی ـ قایق، کرجی ـ ساز جاری ـ مادر ۸ـ شهر بین راهی ـ قرض ـ دستگاه مبدل الکتریسیته ۹ـ آشنا ـ ماشین زراعت ـ بخشنده ۱۰ـ جهان، دنیا ـ مربوط به ملت ـ نیزه کوچک ۱۱ـ پوستین ـ رود مشهور مصری ـ قطع سینمایی ـ وسیله گزیدن ـ بهانه جویی ۱۲ـ مهره‌ای شطرنجی ـ محاسن ـ طبیعی ـ نشان مفعولی ۱۳ـ کج، خمیده ـ کویر مشهور ایران ـ خوگرفتن ـ لایه بیرونی دندان ۱۴ـ ماری افسانه‌ای که از دهانش آتش بیرون می جهد ـ انبازی ـ تیزهوشی، زیرکی ۱۵ـ ضمیر وزنی ـ نوعی زندان ـ همسر حوا ـ اولاد ارشد نوح(ع) ـ طلایه دار اعداد ۱۶ـ کشور هزار جزیره ـ معروف ۱۷ـ نابودی ـ کیسه خوراک چهارپا ـ کتاب مقدس مسیحیان





حل جدولهای شماره ۳۷۴۴

علم محدود است اما تخیل دنیا را در بر می گیرد
● اینشتین

جدول شرح در متن

طراح جدولها: داود بازخو

آن دسته از خوانندگانی که نسبت به جدول های این صفحه پیشنهاد و یا انتقادی دارند می توانند فقط پنجشنبه ها از ساعت ۱۸/۳۰ الی ۲۰/۳۰ به شماره تلفن همراه ۰۹۳۵۵۰۱۰۷۷۶ پیامک نمایند.

از بین عزیزانی که هر هفته جدول شرح در متن مجله را صحیح حل کرده و به دفتر مجله یا ایمیل درج شده ارسال یا تعداد حرف خواسته شده را با ذکر شماره مجله، اسم شهر، نام و نام خانوادگی به تلفن همراه بالا پیامک نمایند، یک نفر و برای جداول سودوکوو، کاکورو و هیداتو نیز ۱ نفر به قید قرعه انتخاب و به هر یک هدیه ای به رسم یادبود تقدیم می گردد. البته به شرطی که کدپستی، نشانی و نام نویسنده با دقت و خوانا نوشته شده باشد. با توجه به فرصت ۲ ماهه، لازم نیست پست سفارشی شود.

حرف (ن) چه تعداد است؟

اثری از نظامی

ماده روغنی انفجاری

چوبهای زیر سقف شیروانی

از اوراق بهادار

حیوان باوفا

درخت زبان گنجشک

اختراع آلفرد نوبل

بی بنیه

بخاری برقی

شهر انار

مریض

چهره

گیاهی با گلهای شیپوری و کبود رنگ

لات و پست

حریر الوان

کالبد شناسی

نت سوم

در کنار دیگری

از پهلوانان شاهنامه

خاندان

از مواد لبنی

جانب

زهر

علامت نقل قول

شهری در اسپانیا

درختی است

گلی خوشبو

آتش

سم گیاه بلادانه

ساز چوپان

حرف صریح

مساوی

آش

برای یادبود می دهند

حیوان

فاصله بین دو پرده نمایش

مژده

مرکز ایران

قاره کهن

از نوازندگان عهد خسروپرویز

سل گرفته

سیاهرگ

جمع صنف

نفس خسته

وی

آدمیان

گوشت آذری

پایه ها

آزادی

مزه دهان

جمع کن

سازیری

لاغر

حرف سوم

مرکز نپال

نقل حدیث

ظرف روغن

پارچه‌ای گردن آویز

بوی رطوبت

پوز

داستان بلند

قدرت

حرف دوم

جای انباشتن

الفبای موسیقی

پرستوهای قرآنی

عمومی

هیزم

خوی ها

فلز سرخ

ضروری

اسب قاصد

بالاتر

سقف دهان

سیب

کال

نوعی روش تمرکز

سنگ ریزه

شوم و نامبارک

جدول سودوکو ۳۷۵۵

اعداد ۱ تا ۹ را در هر سطر و ستون و مربع‌های کوچک ۳×۳ طوری قرار دهید که هر عدد فقط یک بار درج شود.

			۹			۳		
۶		۲		۴	۸		۷	۵
	۱							۸
			۵					۲
۱		۵		۹		۷	۸	
				۸	۱			
		۶				۴	۲	
۲					۹		۳	۷
	۷				۲			

با هوش خود کلنجار بروید

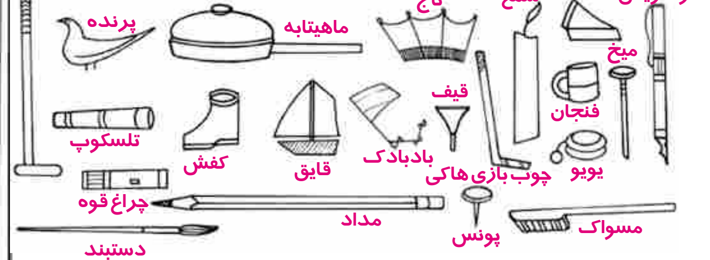
زیر نظر: سهراب صفادار



پاسخها در صفحه ۶۲

شکلهای پنهان در تصویر دیدن مادربزرگ

بچه ها برای دیدن مادربزرگشــان راهی منزل او شــده اند. اما در میان این تصویر شاد و زیبا ۲۱ شکل دیگر نیز پنهان شده است که از شما می خواهیم با توجه به شکلهای داده شده و اسامی شان، آنها را در تصویر اصلی پیدا کنید. در پایان می توانید با مراجعه به قسمت پاسخها، جواب صحیح را ملاحظه کنید.



پاسخها در صفحه ۶۲

هشت اختلاف در تصویر استتار حیوانات

حیوانات در میان این بوته ها و گلها خود را پنهان کرده اند. امــا در میــان دو تصویری که از این صحنه تهیه شــده و در نگاه اول کاملاً یکسان به نظر می رسند، هشت اختلاف وجود دارد.





نقطه به نقطه

می خواهیم این نقاط را از شماره یک تا ۱۰۴ به هم وصل کنید. البته هر گاه به جای نقطه به یک ستاره رسیدید، کار را رها کرده و ادامه اتصال را از شــماره بعدی شــروع کنید. در پایان نیز ناگهان یک شــکل زیبا در مقابل چشمانتان ظاهر خواهد شد.

کشتن گنجشک‌ها، کرکس‌ها را ادب نمی کند

● آبراهام لینکلن

مـه لقـا می‌گفت پدرش را راضی می‌کند و از من می‌خواسـت رضایت مادرم را جلب کنم. مادرم اما موافقت که نمی‌کرد

یک سرگذشت



-من همون پسـری هسـتم که دیشـب توی سینما...

نگذاشت حرفم تمام شود، فوری گفت:

"آهان، یادم اومد، دوست دارم دوباره ببینمت."

با خوشحالی گفتم: "منم همینطور."

طـوری صمیمانه و گرم حرف می‌زد که در یک لحظه به شک افتادم که نکند مرا از قبل می‌شناسد.

قرار عصر را گذاشتیم و ساعت ۴ عصر، من و او روی یکی از نیمکتهای پارک لاله نشسته بودیم.

مانتوی زیتونی رنگی پوشـیده بود و کوله پشتی در دست داشت. کمی از موهایش را بیرون از مقنعه گذاشته بود. وقتی مرا دید لبخندی زد و گفت:

"لابد تعجب می کنی که چرا به این راحتی بهت شماره دادم".

در حالیکه سرخ شده بودم و قلبم تند تند می‌زد، گفتم: "راسـتش آره... خوشحال میشم اگه دلیلش رو بگین." ریز خندید و گفت: "من بیست و سه سال دارم. از شـونزده سـالگی با پسرای مختلف دوست بودم اما بعد از مدتی از شون بدم می‌اومد و کنارشون میذاشتم. همیشه دنبال کسی می گشتم که از لحاظ تیپ و قیافه حرف نداشـته باشه. وقتی دیشب تو رو توی سینما دیدم"...

در حالی که توی ذوقم خورده بود گفتم:

"از کجـا معلوم کـه من رو هم بعد از مدتی کنار نذاری؟ اصلا خود شما چه ویژگی مهمی داری که..."

از حرفم دلخور شد و گفت:

"یعنی می‌خوای زیبایی من رو انکار کنی"؟

سست شدم. راسـت می گفت. او به قدری زیبا بـود که هیـچ ایرادی از نظر ظاهری نمی‌شـد به او گرفت. وقتی سکوتم را دید گفت:

"دو نفر باید بهم بیان. من و شما"...

حرفش را نیمه تمام گذاشت و گفت:

"اجازه بده لفظ قلم حرف نزنم. من و تو بهم میاییم. من خوشگل و ظریفم و تو خوش قیافه و مردونه. اگه اخلاقت رو بپسندم، بی‌چون و چرا زنت میشم"!

و بـاز هم ریز خندید و این بار دسـتش را جلوی دهانش گرفت.

اخمی کردم و گفتم: "جالبه. مغروری و اعتماد به نفس فوق‌العاده‌ای داری. از کجا می‌دونی که من از تو خوشم اومده و می‌خوام تو رو به عنوان زنم"...

باز هم نگذاشت حرفم تمام شود، گفت: "تند نرو. اگه از من خوشت نیومده بود، دیشب جواب نگاهام رو نمی‌دادی، یادداشـت رو از دسـتم نمی گرفتی و صبـح تلفن نمی‌زدی و الان اینجا نبودی. پس تو هم از من خوشـت اومده. مدتی با هم دوسـت بمونیم و اگه هر دومون به این نتیجه رسـیدیم که می تونیم با هم خوشبخت بشیم، ازدواج می کنیم".

دختر زبر و زرنگی به نظر می‌رسـید. راسـتش بـدم نمی آمد پیشـنهادش را قبول کنم. این بود که پذیرفتم دو سه ماهی با هم در ارتباط باشیم.

***

آن روز با یکی از دوستانم به سینما رفته بودم که "مه لقا" را دیدم. تازه خدمت سـربازی‌ام تمام شده بـود و به قول خودم می‌خواسـتم کمی تفریح کنم تا خستگی دو سال خدمت از تنم در بیاید.

قبل از اینکه فیلم شـروع شـود، در سالن انتظار سـینما سـنگینی نگاه دختری جوان را روی خودم حس کردم. من هم چند بار نگاهش کردم. نه، اشتباه نمی کردم. او که با دو دختر دیگر چند متر آنطرفتر ایسـتاده بود هر چند ثانیه یکبار به من نگاه می‌کرد. نگاه جذّاب و نافذی داشـت. تا پایان فیلم به او فکر می کردم و دلم می‌خواست بیشتر با او آشنا شوم.

طرفم آمد و بدون اینکه دوستم متوجه شود تکه کاغذی به دستم داد و رفت. نفهمیدم چطور به خانه رسـیدم. او شماره تلفن همراهش را نوشته بود. روز بعـد هیجان زده و کمی مضطرب به او تلفن زدم و با هم قرار گذاشتیم.

حدود دو سـه ماه هر روز همدیگر را می‌دیدیم. بعضی وقتها عصبی می‌شد و به زمین و زمان بد و بیراه می گفت اما می گفت از ته دل دوستم دارد و من همان کسی هستم که آرزویش را داشته است.

بعد از مدتی به این نتیجه رسیدیم که با هم ازدواج کنیم اما یک مانع بزرگ بر سـر راهمان بود. مادرم حاضر نبود به خواستگاری او بیاید. می گفت:

"ایـن دختر بـه دردت نمی‌خوره. باید خودم یه دختر خوب برات پیدا کنم".

مانـع دیگر که البته به بزرگی مانع اول نبود، پدر مه لقا بود که می گفت من باید کار دولتی داشته باشم و شغل آزاد به درد نمی‌خورد.

مـه لقا می‌گفت پدرش را راضی می کند و از من می‌خواسـت رضایت مادرم را جلب کنم. مادرم اما موافقت که نمی کرد هیچ، حتی گاهی می گفت: "اگه با مه لقا ازدواج کنی شیرم رو حلالت نمی کنم"!

بـه توصیه مه لقا عمل کـردم و با تهدید مادرم مبنـی بر اینکـه به تنهایی به خواسـتگاری می‌روم مادر را راضی کردم. مادرم هم بالاخره کوتاه آمد و بـا بی‌میلی به خواسـتگاری مه لقا رفـت و پدر او هـم علیرغم میلش رضایـت داد و ما با هم ازدواج کردیم.

***

-از مـادرت متنفرم. اون حـق نداره پاش رو توی خونه ما بذاره!...

آتش عشق من و مه لقا خیلی زود فروکش کرد و کم کم چشم هر دوی ما به واقعیت باز شد و عیبهای همدیگر را دیدیم.

مـه لقا، کینـه‌ای و انتقامجو بود و از مادرم بدش می‌آمد و نمی‌خواسـت مادرم به خانـه‌ام بیاید. او می‌گفت مادرم دشـمن ماسـت چون با ازدواج ما مخالفت می کرده!

مه لقا بعد از ازدواج هم مثل قبل آرایش غلیظی می کـرد و کولـه پشـتی می‌انداخت و بـه خیابان می‌رفت. هر چه به او می گفتم دلم نمی‌خواهد مردم او را با این سر و وضع و قیافه ببینند، می گفت:

"ادای مـردای با غیرت رو در نیار! چطور قبل از اینکه زنت بشم چیزی نمی گفتی؟ حالا فکر می کنی آقا بالاسـر منی؟ عیب تو اینه که زیادی به مادرت وابسته‌ای. آره، بچه ننه‌ای و بدون اجازه مادرت آب هم نمی‌خوری"!

مه لقا اخلاقهای عجیب و غریبی داشـت. گاهی واقعاً شک می کردم که او عاقل است یا دیوانه! یک روز بـه او تلفـن زدم و گفتم که مـادر و خواهرم به

خانه‌مان می آیند. نگذاشت حرفم تمام شود، گفت:

"من امشب نیستم. می خوام برم خونه مادرم. خودت از شون پذیرایی کن"!... فکر می کردم شوخی می کند اما غروب که به خانه بر گشتم نبود. به خانه مادرش تلفن زدم و گفتم:

"مه لقا، خواهش می کنم آبروریزی راه ننداز و بیا خونه"!

او نیامد. آن شب خانواده‌ام خیلی دلخور شدند. تا چند روز با مه لقا حرف نزدم. می خواستم تنبیهش کنم اما ککش هم نمی گزید. بی خیال و خونسرد بود. آن دختر زیبا درونی زشت داشت. بر سر کوچکترین مسائل دعوا راه می‌انداخت و طلبکارانه برخورد می کرد.

وقتی عصبانی می شد چنان جیغ و دادی راه می انداخت که همسایه ها می آمدند در خانه. آرامش آنها سلب شده بود. چند بار تذکر دادند و تهدید کردند که اگر سر و صدا کنیم به پلیس تلفن می‌زنند.

یک شب به خاطر هیچ و پوچ دعوا راه انداخت. دیوانه وار به سر و صورتم می کوبید. جیغ و داد می کرد. لباسهای مرا از کمد در آورد و تکه تکه کرد و بعد خندید. مثل هیولاهای خون آشام می خندید. ترس برم داشته بود. آیا مه لقا واقعاً دیوانه بود؟

دو سال از ازدواجمان می گذشت و یک روز خوش در زندگی مشترکمان ندیده بودم. هر چه از رفتار زشت و بچگانه او بگویم کم گفته‌ام. یکبار که به شدت مریض شده بودم مادرم بی خبر به دیدنم آمد. مه لقا که غافلگیر شده بود به بهانه اینکه می خواهد میوه بخرد از خانه بیرون رفت و شب بر گشت. بی‌اعتنا به ناراحتی من طلبکارانه گفت: "عمداً رفتم. بازم بیاد می‌رم"!

رفتارهای بد او را به امید اینکه روزی سر عقل بیاید تحمل می کردم اما او با آنکه ادعا می کرد عاشق من است و خیلی مرا دوست دارد، به خاطر من حاضر نبود به مادر و خانواده‌ام احترام بگذارد.

ای کاش مشکل ما فقط مادرم بود. او هنوز با چند تا از پسرهایی که قبل از ازدواج با آنها دوست بود ارتباط تلفنی داشت.

با افتخار می گفت آنها فقط گاهی به او زنگ می زنند و حالش را می‌پرسند! می گفت: "من زن توام، برده تو نیستم که"!

باز هم امیدوار بودم و با صبوری تحملش می کردم. نمی خواستم مهر طلاق به شناسنامه هایمان بخورد تا اینکه مادرم فوت کرد. روز ختم او مه لقا آرایش کرد و لباس مهمانی‌اش را پوشید. با تعجب گفتم: "با این ریخت و قیافه می‌خوای بیای ختم"؟!

با غیظ نگاهم کرد و گفت: "مجلس ختم؟ مگه چند روز قبل نگفتم می‌خوام برم جشن تولد دوستم؟"

باعصبانیت گفتم: "گفته بودی اما مادرم اون موقع زنده بود".

با بی‌اعتنایی گفت: "تو که می‌دونی زنده مادرت ارزشی برای من نداشت چه برسه به مرده اش. جشن تولد رو عشقه"!

دستش را گرفتم و با خشم گفتم: "تو بی‌شرمی و بی‌معرفتی رو از حد گذروندی. به خدا اگه نیای ختم، طلاقت میدم."

با خونسردی گفت: "طلاقم بده تا از دست تو راحت بشم!" و بعد شال و کلاه کرد و رفت. دلم آتش گرفت. شما اگر جای من بودید با چنین زنی چه می کردید؟ جز طلاق راهی برایم نمانده بود.

***

تقریباً مطمئنم که شما طرفدار خانمها هستید. با این وجود تصمیم گرفتم سرگذشت و درددلهایم را برای چاپ تقدیمتان کنم. البته مطمئن نیستم که آن را چاپ کنید. سالهاست که تنها زندگی می کنم. دیگر نمی‌توانم به هیچ زنی اعتماد کنم. ای کاش آنقدر شتابزده و احساسی رفتار نمی کردم و می‌فهمیدم که دختری با آن مشخصات و با این شکل ارتباط برای ازدواج مناسب نیست و کمی عاقلانه‌تر رفتار می کردم تا عاقبت کارم چنین نشود...

گزارش خارجی



بقیه از صفحه ۱۹

مراقب رنجهای ذهنی خود باشید

GAD را چطور کنترل کنیم؟

وقتی اختلال اضطرابی خفیف باشد تغییر سبک زندگی کارساز و مفید است. ورزش، یکی از بهترین و موثرترین روشهای تغییر است. محققان دانشگاه پرینستون دریافتند که انجام فعالیتهای فیزیکی مغز را مجدداً به گونه‌ای سازماندهی می کند که واکنش ارگان را نسبت به استرس کاهش می دهد در نتیجه اضطراب در فعالیتهای عادی مغز کمتر اختلال ایجاد می کند. ورزش کمک می کند که بهتر بخوابید و خواب کلید بسیاری از دردها و مشکلات است. کمبود خواب به اضطراب مفرط منجر می‌شود.

بیش از اندازه وقت گذاشتن برای رسانه‌های جمعی نیز همین کار را می کند. نتایج تحقیقی که محققان سال گذشته انجام دادند نشان داد که استفاده از چند رسانه جمعی ریسک اضطراب و افسردگی را افزایش می دهد. انجام دادن چند کار به طور همزمان و مدام از کاری به کاری دیگر رفتن باعث می‌شود تمرکز کم شود، ادراک و خلق و خو هم ضعیفتر شود.

جالب اینکه انجام چند تحقیق دیگر ثابت کرده حتی غذایی که می خوریم این توانایی را دارد که مغز ما را آرام کند. محققان می گویند، مصرف مواد غذایی سرشار از پروبیوتیک با علایم اضطراب بخصوص اجتماعی مبارزه می کند. همچنین خوردن غذاهای غنی از امگا ۳ مثل ماهی‌های چرب با کاهش اضطراب ارتباط مستقیم دارد.

با اینکه می توان اضطراب را کم کرد یا حتی کاملاً جلو آن را گرفت، داشتن سلامت روحی پروسه‌ای طولانی و سخت است و به مراقبت مدام نیاز دارد. **مارک ویرجین** و کیلی ۵۴ ساله است که دو سال پیش روانشناس، اختلال اضطرابی فراگیر را در او تشخیص داد. درمان ویرجین ادامه پیدا کرد و حالا سالی دو بار برای چکاپ باید به روانشناس مراجعه کند. او هنوز اضطراب دارد با این تفاوت که یاد گرفته چگونه با روشهای مخصوص با آن کنار بیاید و مقابله کند. مارک هر روز ورزش می کند، نوشیدن قهوه را کم کرده و سبک غذایی خاصی دارد. ویرجین روزهای سخت و پر اضطراب قبل را خوب به یاد دارد. روزهایی که حتی به‌سختی می توانست از خانه بیرون بیاید و در دادگاه و مقابل همه، از موکّلش دفاع کند. اما حالا خوب می‌داند که در مواقع حمله باید بتواند با هر روشی که شده، با اضطرابش مقابله کند وگرنه در کارش شکست خواهد خورد. نوشتن، یکی از روشهایی است که خیلی به ویرجین کمک کرد. او در وقتهای اضطراب همه چیزهایی را که در سرش هستند و مثل خوره روحش را می خورند روی کاغذ می نویسد. بعدش کاملاً حس خوبی دارد.

شاید شما هم تمام عمر تنش و دلهره داشتید اما گمان می کنید ناچارید با این وضع بسازید و هیچ کس نمی تواند به شما کمک کند. واقعیت این است که اختلال اضطراب فراگیر مانند بسیاری از بیمارهای روحی دیگر یک روزه درمان نمی‌شود اما فراموش نکنید که کمک گرفتن از متخصص و انجام تمام توصیه‌ها و راه‌حلها می تواند گام بزرگی باشد برای درمان.

مروری بر دنیای بازیگری بهاره رهنما

حقوق خواندم تا جز بازیگری کاری بلد باشم

بهاره رهنما این روزها برای خود تبدیل به یک "برند" شده است. بازیگری که نقشهایش را با وسواس انتخاب کرده و سعی دارد کارنامه خوبی از خود به جای گذارد. از سوی دیگر چند سالی است به عنوان بازیگر، نویسنده و کارگردان دنیای جذاب تئاتر را هم تجربه کرده و داستان نویسی هم که در "خونش" وجود دارد. همه این مسائل باعث شد با وی به گپ و گفت بشینیم، اینکه چگونه سر از دنیای بازیگری درآورد و مسیر موفقیت را چطور طی کرد؟!

سمیرا افتخاری



چه شد سمت بازیگری رفتید؟

من از ۲،۳ سالگی برای کسانی که به خانه‌مان می‌آمدند بازیگری می‌کردم و این علاقه از کودکی در من وجود داشت. ابتدا ادای فامیلهایمان را در می‌آوردم اما بعداً برای آن که پدر و مادرم دعوایم نکنند، ادای مجری‌های تلویزیون را درآوردم. اولین چیزی که در من دیده شد مربوط به همین ادا درآوردنها بود اما اولین شغلی که من در خیال خودم انتخاب کردم، شغل پرستاری بود. پرستارها در ذهن من آدمهای خوش اخلاقی بودند و من لباسها و کلاههای آنها را دوست داشتم. بعد از آن در ۸ سالگی تصمیم گرفته بودم که ملکه زیبایی شوم! فکر می‌کردم که یک شغل است و بابت آن پول می‌دهند! بعد از آن در ۱۰ سالگی آقای علیرضا داوودنژاد به من کمک کرد تا عقلم سر جایش بیاید. البته آقای داوودنژاد دو بار این لطف را در حق من انجام داد. بار اول من فیلم "نازنین" به کارگردانی آقای داوودنژاد را دیدم و با آن فیلم فکر کردم که باید بازیگر شوم و بار دوم هم خود ایشان مرا به بازی در فیلم "غزال" دعوت کرد. همزمان با بازیگری، به نویسندگی هم علاقمند شدم و مدتی بعد نویسندگی را هم شروع کردم. من در نوجوانی نویسندگی می‌کردم. دو داستان از داستانهای مجموعه اول من با نام "چهار چهارشنبه و یک کلاه گیس" از داستانهایی است که در ۱۷ سالگی نوشته‌ام. در اوایل دهه ۷۰، زنده‌یاد محمدرضا اعلامی باعث شد که رویای بازیگری من به حقیقت بپیوندد. آقای اعلامی در آن روزها برای فیلم "افعی" یک فراخوان داده بود و برای نقشی در این فیلم به دنبال یک دختر زیر ۲۰ سال می‌گشت و من هم به واسطه آشنایی پدرم با آقای صادق هاتفی، به آقای اعلامی معرفی شدم و برای فیلم "افعی" تست دادم. در ادامه من برای آن نقش پذیرفته شدم و دوران بازیگری‌ام از آن جا آغاز شد. به قول مارتا گراهام، این یک اتفاق بود که به سرنوشت تبدیل شد.

آن فیلم از معدود فیلمهایی بود که یک بازیگر زن در فیلم اکشن نقش جدی دارد. تجربه حضور در آن فیلم و همبازی بودن با آقای جمشید هاشمپور به عنوان اولین تجربه بازیگری چطور بود؟

فیلم "افعی" هم به نوعی شروع ورود چشم رنگی‌ها به سینما بود و هم آغازی بر بازی کردن نقشهای نامتعارف توسط بازیگران دختر. من ذهنیتی از نقشم نداشتم اما رفته رفته تا حدودی در آن جا افتادم. فقط خاطرم هست که جوان بودم و شور دیده‌شدن در من موج می‌زد. البته الان که فیلم "افعی" را می‌بینم، نسبت به بخشی از صحنه‌های آن خنده‌ام می‌گیرد اما به هر حال فیلم "افعی" بعد از فیلم "هنرپیشه" آقای محسن مخملباف، دومین فیلم پرفروش سال ۷۱ بود و خیلی دیده شد. بازی در کنار آقای آریا (هاشم‌پور) هم بسیار لذت‌بخش بود. آقای هاشم‌پور به شدت هوای مرا داشت. یادم می‌آید که در اولین تجربه حضور من که سکانسی خارجی در یک کمپ صحرایی بود، نور رفلکتور به شدت چشم مرا می‌زد و برخی از عوامل فیلم در پشت صحنه به من گیر داده بودند که چرا پلک می‌زنی؟ آقای آریا گفت که چرا این‌طور رفتار می‌کنید؟ یک دختر بچه است که برای اولین بار جلوی دوربین آمده و نور چشمش را می‌زند، عیبی ندارد که این سکانس طولانی شود.



بعد از "افعی" بازیگری برایتان جدی شد؟

بازیگری از قبل هم برایم جدی بود چون من خیلی آدم اهل برنامه‌ریزی و هدفمندی بودم. من راهم را پیش گرفته بودم که آقای انوار لطف کردند و مرا ممنوع‌الفعالیت کردند! البته خیلی هم بد نشد و من از ایشان ممنونم چون همان اتفاق باعث شد که من طی ۴ سال ممنوع‌الفعالیتی، وارد دانشگاه شده و ادبیات بخوانم. در ادامه در رشته حقوق هم پذیرفته شده و یک لیسانس دیگر نیز گرفتم. شاید اگر آن ۴ سال را کار می‌کردم، مسیر درس خواندنم عوض می‌شد. به هر حال من ۴ سال ممنوع‌الفعالیت بودم و بعد از آن ۴ سال، یک نقش کوتاهی را در فیلم "غزال" آقای مجتبی راعی بازی کردم که آن نقش را مدیون خانم فریماه فرجامی بودم چون آن نقش برای خانم فرجامی نوشته شده بود تا ایشان به طور افتخاری بازی کند اما خانم فرجامی به خاطر کسالت نتوانست بیاید و من آن را بازی کردم. نقش من در آن فیلم نقش کوتاه اما تأثیر گذاری بود.

بعد از آن آقای داوودنژاد از من برای فیلم "عاشقانه" تست گرفت و مرا برای بازی در آن فیلم که پیمان قاسم‌خانی هم در آن حضور داشت، انتخاب کرد و خود ایشان باعث شد که دوستی میان من و پیمان منجر به عقد و ازدواج شود.

"عاشقانه" برای سینمای آن موقع فیلم جریان‌سازی بود و نمونه چنین فیلمی تا آن زمان کمتر در سینماهای ایران اکران شده بود. نظر خودتان در مورد آن فیلم چیست؟

"عاشقانه" فیلم بسیار خوبی بود که در جشنواره فیلم فجر سانسور شد و کلاً حقش خورده شد. من حس می‌کردم که باید در آن دوره از جشنواره جایزه بگیرم اما به من سیمرغ ندادند! من آدم جشنواره‌پسندی نیستم و اصولاً داورها دلشان نمی‌آید که به من سیمرغ بدهند! البته من مرتباً

در جشنواره‌های مختلف کاندیدای گرفتن جایزه شده‌ام و حتی یک‌بار جایزه منتقدین سینما هم به من رسیده اما در جشنواره فجر سیمرغ نبرده‌ام. فیلم "عاشقانه" به لحاظ بازیگری کار بسیار سختی بود و تمرکز و ریزه‌کاری‌های زیادی داشت. بازی در کنار زنده‌یاد خسرو شکیبایی و همچنین آقای محمدرضا داوودنژاد سخت بود و من آن را به چشم یک ورکشاپ بازیگری می‌دیدم. از طرفی آن زمان شروع ارتباط عاطفی میان من و پیمان قاسم‌خانی بود و همه اینها باعث شد که فیلم "عاشقانه" برای من عاشقانه بماند.

نقش مرحوم شکیبایی در فیلم "عاشقانه" جزء معدود نقشهای خاکستری است که ایشان بازی کرده است. بازی در کنار ایشان چطور بود؟

بسیار عالی. جنس نگاه آقای شکیبایی در صحنه ابتدایی که می‌آید و نامزدی ما را می‌بیند، یک جنس نگاه فوق‌العاده است که آن را می‌توان با نمونه‌های سینمای جهانی مقایسه کرد. آقای شکیبایی به دختری که سالها دوستش داشته اما نتوانسته این حرف را به او بگوید، به شکلی جالب نگاه می کند و با ایهام می گوید: "حواستون باشه باغچه‌ها رو لگد نکنید، گلها رو نکنید". این جمله‌ها، طرز بیان و جنس نگاهش عالی بود. زنده‌یاد خسرو شکیبایی آدم خیلی بزرگی بود و اگر شما به بهشت زهرا بروید، همیشه گلهای زیادی را روی آرامگاه ایشان می‌بینید. من خیلی وقتها سعی کردم که راستگویی را از آقای شکیبایی تقلید کنم اما در نهایت باز هم نتوانستم خیلی جاها راستش را بگویم.

بعد از فیلم "عاشقانه" سر فیلم "نان و عشق و موتور ۱۰۰۰" آقای ابوالحسن داوودی رفتید و مدتی کم کار شدید، چرا بعد از آن کمتر از شما نقش جدی دیده شد؟

در آن سالها ۲،۳ اتفاق پشت سر هم افتاد. یکی آن که من وارد دانشکده حقوق شدم و همان اتفاق باعث شد که در سینما کمرنگ شوم. آن روزها فکر می‌کردم که ممکن است وابستگی من به سینما طوری شود که نتوانم کار دیگری انجام دهم، بنابراین سعی کردم که حقوق بخوانم تا چیزی جز بازیگری هم بلد باشم. بعد از مدتی چون من بیشتر در نقشهای جدی دیده شده بودم، پیمان قاسم‌خانی که وجه طنز مرا دیده بود، گفت که بهتر است از وجه طنزت هم استفاده کنی و وارد سینمای کمدی شوی. من همین کار را کردم و آقای داوودی هم به من اعتماد کرد و فیلم "نان و عشق و موتور ۱۰۰۰" یک شروع جدید برای کارهای من بود که من برای آن یک جایزه هم گرفتم. آن اتفاقات با شروع اضافه وزن من همزمان بود که خود اضافه وزن هم یک مقدار حضور مرا در نقشهای طنازانه و شیرین، راحت‌تر جا می‌انداخت. من اصولاً سعی می کنم که از دیوار، در بسازم و در آن سالها هم همین کار را انجام دادم و از



موقعیتی که برایم پیش آمده بود در سینمای کمدی استفاده کردم. گرچه در تمام سالهایی که اضافه وزن داشتم، مطلقاً نقشی که منوط به مسأله اضافه وزن باشد را بازی نکردم چون می‌دانستم که وزن من یک روزی به حالت قبلی بر می گردد. از زمانی که اضافه وزن پیدا کردم، دیگر برای خیلی از نقشهای دختر جوان در سینما مناسب نبودم و همین مسأله هم مرا به سینمای کمدی نزدیکتر می کرد. در آن سالها من در فیلمهای جریان‌سازی مثل "نان و عشق و موتور ۱۰۰۰"، "دایره زنگی"، "زنان ونوسی، مردان مریخی" و "ورود آقایان ممنوع" بازی کردم و البته در فیلمهای ضعیف هم حضور پیدا کردم.

چه اتفاقی افتاد که حضورتان در تئاتر پررنگ شد؟

من به یک‌باره عاشق تئاتر شدم و همان عشق و علاقه به تئاتر باعث شد که از سینما فاصله بگیرم. من در این سالها حداقل کارهای قبلی خودم در سینما را می‌توانستم تکرار کنم اما تصمیم گرفتم که روی تئاتر متمرکز شوم. تئاتر برای من مثل عاشق شدن بود. بعضی وقتها نگران بودم که یک وقت تئاتر را بیشتر از دخترم پریا دوست نداشته باشم اما الان فکر می کنم که تنها چیزی که از تئاتر بیشتر دوست دارم، دخترم پریاست. به هر حال من عاشق تئاتر شدم و عاشق شدن هم همیشه یک سری تبعات دارد و شما همچنان که یک سری چیزها را به دست می‌آورید، یک سری چیزها را هم از دست می‌دهید. گرچه من از حضورم در تئاتر خوشحالم.

در تئاتر "پنجره‌ها" که اولین حضور شما بر روی صحنه بود، شما با آقای نصیریان یا با خود آقای آئیش همکار بودید و دخترتان هم در چند اجرا حضور پیدا کرد. کار چطور پیش رفت؟

من همیشه عاشق تئاتر بودم و دلم می‌خواست که به روی صحنه تئاتر بروم. در اوایل دهه ۸۰ من برای تئاترهای زیادی به تئاتر شهر می‌رفتم و همیشه یکی از چهارگوشه‌های تئاتر شهر را می‌دیدم که روی زمین افتاده. در سال ۸۴ که تئاتر "پنجره‌ها" را بازی کردم، آن چهارگوشه را برداشتم و به خانه بردم و در داخل جعبه آرزوهایم گذاشتم. روی آن هم با یک کاغذ نوشتم که من امروز در سالن اصلی تئاتر شهر یکی از بهترین نقشهای یکی از مهمترین تئاترهای امسال را بازی کردم، خدایا ممنونم. به هر حال بازی در آن تئاتر برای من اهمیت زیادی داشت. من در آن نمایش با بازیگران بزرگی بازی کردم و چیزهای زیادی را یاد گرفتم. خودم آدم منظمی نیستم اما در آن نمایش نظم را از آقای نصیریان یاد گرفتم و در سایه ایشان رشد کردم.

از چه زمانی حس کردید که باید خودتان نمایشنامه بنویسید و کارگردانی کنید؟

من چند سال پیش احساس کردم که جای تئاتر عاشقانه در ایران خالی است و چون خودم عاشقانه‌نویس بودم، تصمیم گرفتم که یک نمایشنامه عاشقانه از خودم را به روی صحنه ببرم. بنابراین به کمک سجاد افشاریان و حمید پاک سرشت از کتاب "مالیخولیای محبوب من" چند نمایشنامه یک، دو یا سه نفره درآوردم که سرانجام این همکاری به نمایشنامه "این تابستان فراموشت کردم" منجر شد. به هر حال من آن نمایش را به روی صحنه بردم و بعد کارشناسی ارشدم را تئاتر خواندم. در آن برهه، آقای محمد چرمشیر خیلی مرا تشویق کرد و گفت که جنس نوشته‌های تو به درد نمایشنامه می‌خورد و بیشتر نمایشنامه بنویس تا داستان. الان خودم هم احساس می‌کنم که نمایشنامه‌نویسی برای من راحت‌ترین کار دنیا است و در نوشتن آن از داستان‌نویسی راحت‌ترم. در ادامه همینطور کارم را ادامه دادم و بازخوانی "دورهمی زنان شکسپیر" را به همراه پیمان قاسم‌خانی انجام دادم و به روی صحنه بردم. چندی پیش هم یک متن دیگر که ۱۴ شخصیت دارد را نوشتم و قرار بود که به جای نمایشنامه "دیگری" آن نمایشنامه را به روی صحنه ببرم که متأسفانه مجوز اجرای آن را به من ندادند که البته قرار است توسط نشر نگاه منتشر شود.

به نظر می‌رسد که در نمایشنامه‌های شما بیشتر زنانه‌نویسی وجود دارد تا نگاه فمنیستی؟

در دنیا زنانه‌نویسی را می کوبند و می گویند که دنیا، دنیای فراجنسیتی است اما من می گویم که زمانی ذهن من فراجنسیتی باشد که در جامعه من، زن و مرد به یک اندازه احترام داشته باشند. من فمنیسم هم نیستم و اتفاقاً خیلی از فمنیسم‌ها به من می‌گویند که چرا در نوشته‌هایت آنقدر از مردها حمایت می‌کنی و مردها در نوشته‌های تو مهم هستند؟ واقعیت این است که مردها برای من مهم هستند اما به هر حال من در کشوری هستم که فعلاً نگاه فراجنسیتی در آن وجود ندارد و به همین خاطر از زنها می‌نویسم. متأسفانه چون مطالعه در کشورمان کم شده، عده‌ای هم گمان می کنند که وقتی شما در مورد زنان می‌نویسید، یعنی دارید مردها را می کوبید؛ در حالی که نوشتن از زنان لزوماً چنین معنایی ندارد.

گریه برای اندک شکر گذارد و لبخند برای بسیار سپاس نگوید ● لقمان

دوران افول آلبوم موسیقی

چند سالی است از تعداد آلبومهایی که به بازار موسیقی می‌آید کاسته شده و به همان نسبت به تولید و انتشار تک آهنگها افزوده شده است.

این پدیده در ابتدا با نقد خیلی از خوانندگان مواجه بود اما اگر الان پای صحبت با آن خواننده‌های منتقد هم بنشینید، احتمالاً تأیید می‌کنند که ترجیح می‌دهند آثارشان را به صورت تک آهنگ منتشر کنند. آنها منافع بیشتری در پخش آثارشان به صورت تک آهنگ می‌بینید. گرچه انتشار موسیقی به صورت تک آهنگ درآمد خاصی ندارد، اما خوانندگان حس می‌کنند از این طریق حداقل می‌توانند هر از چندگاهی نام خود را بر سر زبانها بیندازند و بازخورد بهتری از قطعه‌ای که تولید کرده‌اند بگیرند. به همین دلیل شاهد آن هستیم که خیلی از خوانندگان در طول سال حدوداً ۶-۷ تک آهنگ جدید به فاصله یک یا دو ماه یکبار منتشر می‌کنند و بین انتشار آلبومهایشان هم حداقل ۲ سال فاصله می‌افتد؛ گرچه این کار را هم با بی‌میلی و شاید حتی از سر اجبار انجام می‌دهند.

بر خلاف اکثر پدیده‌های موسیقی که از موسیقی بین‌المللی وارد موسیقی ایران می‌شود، پدیده انتشار تک آهنگ بیشتر مختص موسیقی داخل کشور است. در موسیقی بین‌المللی به واسطه رعایت کپی رایت و فروش قابل توجه آثار، خوانندگان همچنان آثارشان را در قالب یک بسته ویژه منتشر می‌کنند. البته در موسیقی جهانی هم رایج است که از هر آلبومی حداکثر ۳ سینگل تراک به فاصله زمانی کوتاه پیش از آلبوم منتشر شود تا به نوعی تبلیغ آن مجموعه باشد. در سطح اول موسیقی دنیا، معنای سینگل تراک، عبارت از قطعه‌ای از یک آلبوم است که پیش از آلبوم منتشر می‌شود ولی در نهایت جزء قطعات آلبوم قرار می‌گیرد. یعنی معنای این عبارت در خارج از کشور کاملاً متفاوت با ایران است.

چگونگی پیدایش "تک آهنگ"

در ایران انتشار تک آهنگ از موسیقی زیرزمینی و بالو رفتن قطعات شروع شد. در دهه ۸۰ یک سری از خوانندگان جدید که بنیه مالی برای تولید آلبوم نداشتند، تک آهنگهایی را که به صورت زیرزمینی تولید می‌کردند به صورت سینه به سینه به گوش مردم می‌رساندند. لو رفتن یک سری از قطعات هم به این شرایط کمک می‌کرد تا آرام آرام پدیده انتشار تک آهنگ به وجود بیاید. در ابتدا انتشار تک آهنگ مانعی برای انتشار آلبوم نبود اما در ادامه آنقدر شمار تک آهنگها بالا رفت که خیلی از خوانندگان و گروههای موسیقی حتی در فاصله ۲-۳ سال یکبار هم به انتشار آلبوم فکر نمی‌کنند. از این رو اگر شما به آمارها توجه کنید، در سالهای اخیر متوسط انتشار آلبوم بر خلاف متوسط برگزاری کنسرت و انتشار تک آهنگ با روند نزولی مواجه شده است. در این سالها واکنش دفتر موسیقی به انتشار تک آهنگ به مرور تغییر کرد. اولین تک آهنگهایی که خوانندگان مجاز منتشر کردند، در اواخر دهه ۸۰ بر روی اینترنت قرار گرفت. تا پیش از آن هر اثری که به صورت تک آهنگ روی اینترنت قرار می‌گرفت، یا متعلق به خواننده‌ای غیرمجاز بود و یا قطعه‌ای لو رفته از یک خواننده مجاز. از حدود ۷-۸ سال پیش بالاخره خوانندگان مجاز هم توانستند قطعاتشان را به صورت تک آهنگ منتشر کنند. آن زمان انتشار تک آهنگ نیاز به أخذ مجوز از دفتر موسیقی نداشت. به همین دلیل یک سری شیطنتها از سوی هنرمندان شکل می‌گرفت و آنها آثاری که فکر می‌کردند توسط دفتر موسیقی رد می‌شود به صورت تک آهنگ منتشر می‌کردند. البته در این بین چند نفر هم به خاطر این ترفندشان بازخواست شدند ولی به طور کلی امکان این که یک برخورد خیلی جدی با همه این موزیسینها صورت بگیرد ممکن نبود؛ بنابراین دفتر موسیقی نهایتاً در اواسط سال ۹۵ طی بیانیه‌ای اعلام کرد که انتشار تک آهنگ با کلام و بی کلام نیز نیازمند أخذ مجوز از این نهاد است. تصور می‌شد که با چنین بیانیه‌ای، از تعداد تک آهنگهایی که روی اینترنت قرار می‌گیرد کاسته شود اما اتفاقاً شرایط جدید دفتر موسیقی کمک کرد که خوانندگان توجه بیشتری به انتشار تک آهنگ داشته باشند.

چرا "آلبوم" نمی‌سازند؟!

در حال حاضر شرایط به گونه‌ای است که برخی از خوانندگان موسیقی بدون حتی انتشار یک آلبوم، مدام کنسرت برگزار می‌کنند و روی صحنه می‌روند. حتی یک عده در این میان سوء استفاده هم می‌کنند. آنها قصد انتشار آلبوم ندارند اما بازار گرمی می‌کنند و هر چند وقت یکبار حرف از انتشار آلبوم می‌زنند اما در حقیقت دست به چنین کاری نمی‌زنند چون حتی نگران آن هستند که با انتشار آلبوم متحمل ضرر مالی شوند. از طرفی همین خوانندگان در طول سال ممکن است ۱۰-۱۲ قطعه تولید کنند که در صورت انتشار همه این آثار در یک آلبوم، حداقل نیمی از آنها سوخت می‌شود. در این سالها خیلی از قطعات موسیقی خوانندگان پاپ و سنتی به واسطه قرار گرفتن در آلبومها سوخت شده است. در حالی که قطعاتی با کیفیت پایینتر از این خوانندگان به صورت تک آهنگ منتشر می‌شود و با استقبال بهتری مواجه می‌شود. واقعیت است که امروزه عامه مردم به واسطه زندگی ماشینی، خیلی حوصله دقت کردن به اتفاقات هنری را ندارند و فقط می‌خواهند یک سری محصولات را به روش هر چه ساده‌تر به دست بیاورند و استفاده کنند. به همین خاطر خیلی وقتها قطعات خوبی در میان آلبومها نادیده گرفته می‌شود. اتّفاق ناخوشایندی که در زمینه انتشار تک آهنگها رخ می‌دهد این است که این آثار به صورت رایگان و از طریق سایتهای قانونی و یا غیر قانونی به دست مخاطبان می‌رسند و هیچ بازده مالی برای موزیسینها ندارند. در چنین شرایطی اوضاع کسب درآمد از طریق موسیقی برای خوانندگانی که به خصوص موسیقی‌های خاص‌تر اجرا می‌کنند و کنسرتهایشان هم در سالنهای کوچکتر برگزار می‌شود، به خطر می‌افتد و یک عده مجبور می‌شوند برای آن که بتوانند ارتزاق کنند، یا دست به کارهای غیر موسیقایی بزنند و از فضای حرفه‌ای موسیقی دور شوند و یا آن که سبک جدی که در پیش گرفته بودند را تقریباً کنار گذاشته و به تولید موسیقی‌هایی گرایش پیدا کنند که بتوانند کنسرتهای پر جمعیت‌تری برگزار کرده و از این طریق کسب درآمد کنند. در نتیجه انتشار تک آهنگ موجب کاهش میزان درآمد حاصل شده از طریق موسیقی برای هنرمندان فعال در این عرصه می‌شود. اما به راستی وضعیت پیش آمده ناشی از چیست؟ مطمئناً پروسه زمان‌بر أخذ مجوز برای آلبومها در وضعیت پیش آمده کم اثر نیست. در حال حاضر خوانندگان برای گرفتن مجوز یک تک آهنگ، یک پروسه دو هفته‌ای را طی می‌کنند و بعد اثرشان را به انتشار می‌رسانند. در صورتی که مجوز یک آلبوم خیلی سخت‌تر داده می‌شود و نیاز به دریافت مجوزهای بیشتر دارد. از طرفی، شرکتهای تهیه و پخش موسیقی نیز در این اتفاق کم تأثیر نیستند. اگر وضعیت به گونه‌ای بود که پخش آلبومها به طور جامع انجام می‌شد و همه شهرها به یک نسبت پخش درستی داشتند و همچنین خود شرکتها در جلوگیری از دانلود غیر قانونی مسئولیت‌پذیر بودند، شاید خوانندگان تا این اندازه از انتشار آلبوم ناامید نمی‌شدند. در شرایط فعلی باید تمهیداتی اندیشید که موزیسین‌ها به تولید آلبوم گرایش پیدا کنند، در غیر این صورت ایجاد یک فضای مناسب برای کسب درآمد از طریق انتشار تک آهنگ می‌تواند به گروه‌های موسیقی کمک بهتری بکند.

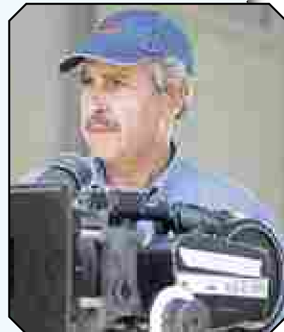


رکوردشکنی مهران مدیری



مهران مدیری بعد از سال‌ها ساخت سریال برای تلویزیون و شبکه نمایش خانگی بالاخره سراغ ساخت فیلم سینمایی رفت و "ساعت پنج عصر" را مقابل دوربین برد. او در این فیلم با نگاه خاص خود ماجرای یک روز از زندگی مهرداد پرهام را از ساعت هفت صبح تا پنج عصر روایت می‌کند. سیامک انصاری نقش اصلی این فیلم را ایفا می‌کند و امیر جعفری و آزاده صمدی دیگر بازیگران آن هستند. اکران رسمی "ساعت پنج عصر" از روز جمعه سی‌ام تیر ماه آغاز شد و در این روز بنا به اعلام علی سرتیپی پخش کننده فیلم، رکورد فروش آنلاین بلیت یک فیلم سینمایی، تعداد سانس‌های نمایش و همچنین میزان فروش در روز افتتاحیه همگی به نام ساخته مدیری ثبت شد. این فیلم در روز نخست نمایش براساس اعلام سرتیپی در تهران ۴۵۰ میلیون و در شهرستان‌ها ۲۵۰ میلیون تومان فروخت تا در نهایت با مجموع فروش ۷۰۰ میلیونی رکورد فروش روز نخست نمایش را از "سلام بمبئی" که ۶۰۰ میلیون فروخته بود، بگیرد و به نام خود ثبت کند. مدیری در نخستین روز نمایش فیلم خود با مخاطبان در سینماهای کوروش و قدس همراه بود و روز شنبه سی و یکم تیرماه نیز با حضور در سینما کوروش باز هم در کنار مخاطبان فیلمش حضور داشت.

شکایت جوزانی از مافیای سینما



مافیای پخش فیلم در سینمای ایران که درحال حاضر سال‌هاست صدای شماری از معتبرترین فعالان سینمای ایران را درآورده، سال‌به‌سال بر نفوذش بر سینمای ایران می‌افزاید.به‌خصوص اتفاقات سال‌های اخیر که به باقی‌ماندن تنها چهار دفتر پخش فیلم فعال انجامیده، بر دامنه گستردگی و فراگیری اعتراضات افزوده است. یکی از جدیدترین معترضان این قضیه مسعود جعفری‌جوزانی است که البته خود نیز مدیرعامل یکی از دفاتر پخش فیلم‌های سینمایی است. او دراین‌باره می‌گوید: برخی از افراد با زدوبند ۲۸ دفتر سینمایی را تعطیل کردند و امروز فقط چهار دفتر سینمایی وجود دارد که همه چیز در حوزه سینما را در دست گرفته‌اند. اینها که با لابی خود در سینماها هم شریک شده و همه چیز را در دست گرفته‌اند، پا را حتی فراتر هم نهاده و تولید کنندگان را تهدید می‌کنند تا آنچه آنها می‌گویند را تولید کنند؛ وگرنه با سیستم پخشی که در دست دارند، جلوی اکران موفق فیلم را می‌گیرند.جوزانی که در کارنامه‌اش فیلم‌هایی چون "شیر سنگی"، "بلوغ" و "ایران برگر" را دارد، درباره آثار جدی که در این مدت همواره به حاشیه رانده شده‌اند، می‌گوید که مردم این گونه آثار را دوست دارند، اما این آثار متاسفانه در سال‌های اخیر قربانی برخی سودجویان شده‌اند: آنچه امروز در سینما می‌بینیم، سلیقه این افراد است که با دیدگاه‌های خود سفارش می‌دهند و با هر نوع دیگری از سینما مقابله می‌کنند.

حسادت کارگردان بزرگ هالیوود به کیارستمی

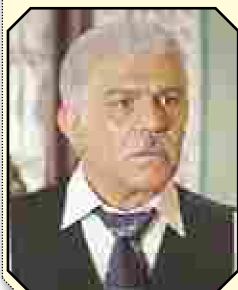


سیف‌الله صمدیان کارگردان فیلم "۷۶ دقیقه و ۱۵ ثانیه" گفت: "مارتین اسکورسیزی در خصوص فیلم "آ،ب،ث،آفریقا" به کیارستمی گفته بود که من فیلم تو را چندین بار دیده‌ام و به تو که به راحتی می‌توانستی دوربین‌ات را ۳۶۰ درجه بچرخانی و حتی در جاهایی خودت وارد کادر شوی و اینگونه از سینما لذت ببری رشک (حسادت) برده‌ام زیرا تو فیلمی ساخته‌ای که کسی احساس نمی‌کند، نمایشی است.این کارگردان بزرگ هالیوودی معتقد بود که تمام تلاش امروز سینما برای واقعی نشان دادن زندگی است حال آنکه کیارستمی به هنرمندانه‌ترین شکل ممکن این زندگی را به صورت واقعی به نمایش در می‌آورد."صمدیان تصریح کرد: "اسکورسیزی بعدها در مصاحبه‌هایی که انجام داده بود نیز فیلم "آ،ب،ث، آفریقا" کیارستمی را بهترین فیلمی که در سال‌های ۲۰۰۱ و ۲۰۰۲ دیده بود معرفی کرد که این مطلب نشان دهنده اوج اهمیت سینمای کیارستمی در عرصه بین‌المللی است."

این کارگردان و عکاس عنوان کرد: "ماجرای ساخت فیلم "۷۶ دقیقه و ۱۵ ثانیه" به تلخ‌ترین روزهای کاری من بر می‌گردد که در اوج فقدان عباس کیارستمی، احمد فرزند او با من تماس گرفت و گفت که قرار است در جشنواره ونیز از عباس کیارستمی تجلیل صورت بگیرد و نیاز به فیلمی است که در این رویداد به نمایش در بیاید.از آنجا که در این جشنواره‌ها فیلم‌های تکراری و کار شده مورد استفاده قرار نمی‌گیرد من باید در زمان کمی این فیلم را می‌ساختم حال آنکه شرایط روحی خوبی نداشتم اما دبیر جشنواره ونیز با من تماس گرفت و گفت اگر قول بدهی که این فیلم را بسازی من بدون این که مراحل ساخت فیلم تو به پایان رسیده باشد آن را به عنوان فیلم جشنواره در کاتالوگ‌های جشنواره اعلام می‌کنم که این موضوع سبب شد تا من دست به ساخت این فیلم بزنم.تاکنون بیش از ۱۰۰ اکران جهانی از این فیلم انجام شده و آن را در دورترین نقاط جهان به نمایش در آورده‌اند که این موضوع نشان از آن دارد که ما هنوز نمی‌دانیم که کیارستمی با سینمای جهان چه کرده است."

بازیگر شهرزاد در جدال با مرگ

پرویز فلاحی‌پور بازیگر سینما، تئاتر و تلویزیون که چند روز گذشته به علت سکته قلبی در بیمارستان بستری بود درخصوص آخرین وضعیت جسمانی خود گفت: الحمدالله و با کمک خدا این وضعیت سخت را پشت سر گذاشتم. پزشکان می‌گفتند که اگر پنج دقیقه دیرتر رسیده بودم همه چیز تمام بود و همه چیز به مویی بند بود ولی انگار همه چیز دست به دست هم داد تا باز هم در خدمت مردم باشم. خدا را شکر از بیمارستان مرخص شده‌ام و فعلاً تا یک هفته در خانه استراحت می‌کنم و بعد از این یک هفته زندگی عادی را دنبال کرده و با قدرت به کار ادامه خواهم داد.بازیگر سریال شب دهم درباره حضور دوباره‌اش در سریال شهرزاد تصریح کرد: البته مشکل قلبی من در مدت یک هفته تعطیلی شهرزاد و در پایان فیلمبرداری فصل دوم بوجود آمد. گفتنی است پرویز فلاحی‌پور هفته گذشته هنگام حضور در لوکیشن بیمارستان نفت برای بازی در سریال "در جست‌وجوی آرامش" دچار سکته قلبی شده و همانجا برای انجام عمل آنژیوگرافی بستری شد.



خداوند ناظر است

کاش به جای این همه برو و بیا و بزن و بکوب و بگیر و ببند و خرج و مرج و هزینه مزینه کردن و اینو دیدن و وعده معده دادن و خنده منده‌های الکی و دولا شدن و دست به سینه گرفتن و بله و چشم گفتن و... انسان بودیم.

من تجربه کرده‌ام که اگه مدرکت پایین باشه، پیش دیگران عددی نباشی، پول هم نداشته باشی. کسی هم تو رو نشناسه. تبلیغ هم نکنی... اما وعده بدی و تا پای جونت پاش وایسی و اون قولی که دادی رو عملی کنی، به خدا میشه.

می‌تونی بدون خودنمایی و منم و کبر و غرور برای مردمت، مملکتت، آب و خاک و ناموست بدون توقع بهشون خوشی و سعادت و مهر و مهربانی هدیه بدی و منتظر دعای خیر اونا باشی. نه اینکه هر وقت خرت از پل گذشت مردم و وعده‌هات رو فراموش کنی.

رأی ما در صورت شناختن کسی که آشناست و می‌دانیم کاری نمی‌کند و فقط فکر منافع شخصی خودش است، خیانت است به مردم و خون شهدا و... و چنانچه کسی را که نمی‌شناسیم و بر ایمان ناآشناست و کار خیر و موثری هم ازش ندیدیم، خیانت در خیانت است. مردم خوب دیار اهورایی و ایران سربلند بدانند، خیانت جرمش زندگی سخت و طاقت فرسا و مرگ تدریجی است. من در مقابل شما دوستان و بزرگواران نقطه پرگار هم نیستم اما دل که دارم. امام رحمت‌الله علیه فرمودند: **نگویید انقلاب برای ما چه کرد. شما برای انقلاب و مردم چه کرده‌اید؟** اما کاش امام و شهدا سر بر می‌داشتند و می‌دیدند که بعد از آنها چه کرده‌اند. دروغ پشت دروغ. خیانت پشت خیانت. اختلاس پشت اختلاس... آیا قرار این بود؟ فقط فراموش نکنیم که به قول مولوی خوش سخن: **نردبان این جهان ما و منی است / عاقبت این نردبان افتادنی است / لاجرم هر کس که بالاتر نشست، استخوانش سخت‌تر خواهد شکست.**

قدری بیاییم از روی خانواده شهدا خجالت بکشیم. به قول شهید آوینی: **جنگ تمام نشده، دپوها عوض شده.** واما آن برای حفظ کیان اسلامی و ناموس و خاک و این برای آبادی و سازندگی. چرا به خاطر مال و ثروت و مقام دنیا اینطور به جان هم افتاده‌ایم و قلب مهدی فاطمه (عج) را می‌رنجانیم و با کارهایمان عذابش می‌دهیم؟ به راستی آیا ارزش دارد؟ مادی گرایی هایمان، معنوی بودنمان را زیر سوال برده و شکنجه‌مان می‌دهد. من به عنوان یک ایرانی، به عنوان یک هموطن، به عنوان خاک پای شما.. وعاری از هر ثروت و مکنت و تحصیل آنچنانی و ریخت و قیافه تودل برو و هارت و پورت توخالی.. حرفم این است که‌ای کسانی که در هر پست و مقامی و لباسی و شخصیتی در راس امور کشور هستید، خداوند شاهد و ناظر اعمال ماست. (صرفاً جهت اطلاع برخی که به قیامت و معاد اعتقاد ندارند و فکر می‌کنند عمر جاویدان دارند)... فردای قیامتی هم هست. پس کاری کنیم خلق خدا را از خودمان راضی نگه داریم.. که رضایت خدای مهربان در رضایت و خشنودی مردم است. آنها که با آراء مردم به مقامی می‌رسند بدانند که شرایطی را به وجود می‌آورند که این مردم درد کشیده و مظلوم و محجوب یا از ته دل دعاگویشان خواهند بود یا ناله و نفرین آنها را در پرونده اعمالشان ضبط و ثبت خواهند کرد. مکتب ما، مکتب صداقت، راستی، گفتار نیک، کردار نیک و پندار نیک است. و سرزمین پاکمان در کنار مردم با محبت و ایثارگر و متواضع، تشنه محبت و عشق و مهربانیهاست. به امید آینده‌ای روشن از انوار مجاهدت و کار و تلاش و عشق ورزی و نوعدوستی...

غلامعلی قاضی ـ شهرضا

حق الناس

حق الناس یکی از مهمترین ارکان دین اسلام است که کمترین توجه به آن می‌شود. زیاد پیش می‌آید که عده‌ای وقتی می‌خواهند یک سفر طولانی بروند، (به خصوص حج) به مغازه‌ها و دوستان و آشنایان و همسایه‌ها مراجعه کرده و در صورت داشتن بدهی و بدهکاری، بدهی خود را می‌پردازند که حق الناسی گردنشان نباشد که مانع قبولی زیارتشان نشود و اگر سفری طولانی می‌روند بدهی خود را تسویه می‌کنند که در صورت بازنگشتن حقی بر گردنشان نباشد. که همه اینها کار خوب و امر پسندیده‌ای است... **اما...**

اما حق الناس فقط پول و بدهی و قرض نیست. حق الناس بسیار گسترده است، گسترده‌تر از آنچه بتوان فکرش را کرد. همین که کسی شیلنگ را بردارد و با آب شرب، خانه و ماشین و کوچه را بشوید لطمه به حق الناس است. همین که کسی ماشین را بد پارک کند و مانع رفت و آمد یا ایجاد مشکل در رفت و آمد دیگران شود حق الناس را نادیده گرفته، همین که مغازه‌دار یا تعمیرگاه یا فروشگاهی با اشغال پیاده رو رفت و آمد پیاده‌ها را مشکل کند مدیون حق الناس است. همین که کارمند اداره‌ای ارباب رجوع را بیخود معطل کند و کارش را امروز و فردا کند حق الناس بر گردنش هست، همین که کسی از روی بیکاری و وقت گذرانی با ماشین در خیابانها بچرخد و هم ترافیک را زیاد کند هم آلودگی هوا را بیشتر کند حق الناس را نادیده گرفته است.

حق الناس بیشتر و گسترده‌تر از آن است که بتوان نام برد. بسیار به حق الناس تاکید شده است تا جایی که روایت شده خدا از حق خودش و واجبات می‌گذرد اما از حق الناس نمی‌گذرد. پول و قرض و بدهی یک مورد از حق الناس است، مبلغش مشخص و صاحب آن هم مشخص است به راحتی می‌توان حقش را ادا کرده و حلالیت گرفت. اما بسیاری از حق الناسها به این سادگی نیستند و مهمتر اینکه صاحب و صاحبان آن حق ضایع شده ناشناس هستند و نمی‌توان آنها را پیدا کرده و حقشان را ادا کرده و حلالیت گرفت. چه خوب است حق الناسها را بشناسیم و خود را مدیون نکنیم

حضرت علی ع فرموده اند: گناه نکردن ساده تر از توبه کردن است در این مورد هم همینطور است با رعایت حق و حقوق دیگران از پایمال کردن حق آنها و مدیون شدن خود جلوگیری کنیم پایمال نکردن حقی راحتتر از احقاق آن و جبرانش است. شاید در دینها و مذاهب دیگر اصطلاحی به اسم حق الناس نباشد و اگر هم باشد به اندازه اسلام به آن توصیه و تاکید نشده است. اما متأسفانه در بین خودمان کمترین توجهی هم به حق الناس نمی‌شود. برای خیلی‌ها حق الناس فقط بدهیهای مالی است آن هم فقط هنگام سفری مانند حج.

علیزاده ـ بردسیر

از خاطرات یک زن

به همسرم مأموریتی داده شد که به صحرای **موجاو** در کالیفرنیا برود، او باید به سربازان تعلیم نظامی می‌داد. برای اینکه نزدیک شوهرم باشم، همراه او رفتم! شوهرم را برای مانور به صحرا فرستادند و من در کلبه‌ای که در اختیارمان بود تنها ماندم. گرما حتی در سایه هم شدید بود، غیر از بومی‌های مکزیک که انگلیسی نمی‌دانستند همزبانی نداشتم. دائم باد می‌وزید و داغ بود. غذایی که می‌خوردم و هوایی که تنفس می‌کردم پر از شن بود. به قدری ناراحت و افسرده بودم که نامه‌ای برای پدرم نوشتم و خبر دادم که به زودی برمی‌گردم چون تحمل اینجا یک دقیقه هم برایم مقدور نیست!! پدرم نامه مرا فقط در دو سطر پاسخ داد، که هرگز آنرا فراموش نمی‌کنم:

"دو زندانی از یک پنجره در زندان به بیرون نگاه کردند یکی از آنها در چشم انداز خود گل و لای و جوی متعفّن دید و دیگری وقتی نگاه کرد ستارگان درخشان در آسمان را"

آن دو سطر را بارها خواندم و خجالت زده شدم با بومیان طرح دوستی ریختم. به صنایع دستی آنها ابراز علاقه کردم. درباره درختان آن منطقه مطالعه کردم. به تماشای غروب و جمع آوری گوش ماهی پرداختم و از کشف این دنیای جدید چنان به هیجان آمدم که کتاب "**بازوهای درخشان**" را تألیف کردم!... بهترین چیزها سخت‌ترین آنهاست!

ارسالی: محیا جعفری ـ کوهبنان

مسلم آژ

گمشده در هور

بقیه از صفحه ۱۷

دلم گرفت، اما بودن این وسایل نشانی از عملیاتهای گذشته داشت و همین عامل باعث شد کمی دلم آرام شود چرا که دیگر می‌دانستم به سمت یکی از نیروهای درگیر جنگ می‌رویم، اما کدام طرف؟! نمی‌دانستم. شاید شانس بیاوریم به نیروهای خودی برسیم یا اینکه...

اما سعی کردم این قضاوتها را تعطیل کنم و هر دویمان را به لطف حضرت حق سپردم و به راهمان ادامه دادیم. در سر گردانی و نگرانی به سر می‌بردیم که نیم روز به سرعت جایش را به عصر داد و عصر هم جای خود را به غروب سپرد. خستگی و گرسنگی حالا امان هر دویمان را بریده بود اما بی توجه به شرایط به آرامی در هور پارو زدیم.

در اطرافمان هیچ نشانی از قایق یا پایگاه یا اثری از انسان وجود نداشت و فقط به دنبال معجزه‌ای بودیم. آرام آرام به حرکت ادامه می‌دادیم که یکدفعه صداهایی توجهمان را جلب کرد.

صدای موتور خودروهای راهسازی بود که از پشت نیزاری که در روبرویمان قرار داشت، شنیده می‌شد. با شنیدن صدای خودروهای سنگین نور امیدی در دلمان زنده شد و برق شادی را در چشمان بهمنی می‌دیدم که با شتاب و تندتر به پارو زدن ادامه دادیم. نیزارهای بلند و فشرده میان ما و صدایی که از آن سو شنیده می‌شد دیوار کشیده بود و با رسیدن به نیزارها که راه عبوری با قایق از آن وجود نداشت، شروع به تیراندازی هوایی کردم.

صدای شلیک گلوله در غرش صدای موتورهای کامیون و کمپرسی در هم می‌پیچید و گویا کسی به این صدا حساس نشد و حالا راهی نداشتیم جز اینکه شناکنان از درون نیزارهای فشرده بگذریم درحالیکه نه از عمق آن آگاه بودیم و نه می‌دانستیم صدای خودروها متعلق به کدام یک از طرفین جنگ است. رو به بهمنی کردم از او پرسیدم شنا کردن بلدی؟! که فوری در جوابم گفت: "نه" پس از او خواستم در قایق بماند تا من با شنا خود را به آنسوی نیزار برسانم. آماده حرکت که شدم بهمنی از من پرسید، از کجا می‌دانی که نیروهای ایرانی در آنسوی نیزار هستند؟! لحظاتی در جا خشکم زد و نگاهم با نگاهش قفل شد. شک و تردید همه وجودم را فرا گرفت، اما چاره دیگری نداشتیم و باید راه نجاتی پیدا می کردم. مدارک شناسایی و نامه‌هایی را که در جیب پیراهنم بود به او سپردم و از بهمنی خواستم اگر بازنگشتم، او خودش را نجات دهد.

آرام ایستاده بود و دوباره بغض در گلویش نشست که به آب زدم. شنا کنان در لابلای نی‌ها شروع به حرکت کردم. اما چطور بگویم که شنا کردن در نیزار چقدر سخت است. مسافتی که پیش می‌رفتم برای استراحت و نفس تازه کردن، نی‌ها را بغل می کردم و دوباره راه می‌افتادم اما با گرفتن نی‌ها بود که صدای خراشهایی که روی سینه و شکمم می‌افتاد را به خوبی می‌شنیدم که با برخورد با نوک تیز نی‌ها بدنم زخم برمی‌داشت و بعد از کمی استراحت بدون آنکه به سردی آب یا زخمها و خراشهای بدنم فکر کنم دوباره شنا می کردم و به دنبال صدای خودروها پیش می‌رفتم. اما این بار علفها مانع از حرکتم می‌شد.

هوا کم کم تاریک می‌شد که من با سماجت و به هر سختی از علفها عبور می کردم و در میان نیزار لاشه موشها و یا جانورانی که روی تکه‌ای از بلم شکسته یا پوتینی که به نیها گیر کرده بود، توجهم را جلب می کرد و من به آرامی شناکنان از میان آنها هم گذشتم. هوا کاملاً تاریک شده بود که حالا بدون آنکه اطرافم را ببینم فقط به سمت صدا می‌رفتم که به یکباره موتور خودروها هم خاموش شد.

سکوت سنگینی نیزار را فرا گرفت و من هم با احساس ترس خودم را به نی‌ها چسباندم و دوباره سوزش سینه شروع شد. بوی خون زخمهایم را به خوبی در آب احساس می کردم. در این میان موشها و جانورانی که در آب حرکت می کردند به شکم و پاهایم می‌خوردند و این برخوردها هم به شدت آزارم می‌داد. دیگر نه صدایم به بهمنی می‌رسید و نه می‌دانستم مسیر بازگشت به قایق از کدام سمت است. گیج و هراسان نی‌ها را گرفته بودم و گوشهایم را تیز کرده بودم تا شاید بتوانم صدایی را در اطراف بشنوم. لحظات، سخت و نفسگیر می گذشت. خستگی شدید و تحمل فشارهای عصبی و گرسنگی پاک مرا از رمق انداخته بود. دیگر توانی در بدن نداشتم و باید کاری می کردم پس دل به دریا زدم و به همان سمتی که فکر می کردم صدای خودروها را شنیده بودم، شناکنان پیش رفتم.

به انتهای نیزار که رسیدم صدایی شبیه گفتمان آدمیزاد به گوشم رسید. صداها برایم نامفهوم بود، خستگی و ترس امانم را بریده بود و شهادتین را خواندم و به حرکت ادامه دادم که یکدفعه فریادهایی با لهجه آذری شنیدم که می گفت: نزن نزن!

نور امیدی در دلم روشن شد و کمی آرام گرفتم و حالا از نیزار خارج شده بودم. با دیدن چند نظامی که روی جاده‌ای ایستاده بودند و سلاحهایشان را به سویم نشانه رفته بودند به خودم آمدم. می‌خواستم داد بزنم اما از سردی آب و ضعف و ناتوانی سر تا پایم می‌لرزید، چانه‌ام قفل شده بود. تمام نیرویم را جمع کردم و فریاد کنان گفتم: ایرانی ام، ایرانی ام!

یکی از رزمندگان چوب بلندی به درون آب انداخت با هر زحمت و سختی که بود آن را گرفتم.

خاکهایی که برای ساختن جاده استفاده می کردند به درون آب آمده بود. در جلوی من باتلاقی از گل و لای قرار داشت. همچنان چوب را محکم در دستانم گرفته بودم و دو سه نفری هم آن سوی آب انتهای آنرا می کشیدند تا کشان کشان از گل و لای بیرون آمدم. در حالیکه می‌لرزیدم و صدای به هم خوردن دندانهایم شنیده می‌شد به آنها گفتم از نیروهای لشکر عاشورا هستم.

رزمندگان واحد مهندسی هم که در حال ساختن جاده بودند، با مهربانی لباسهای خیس و گلی را از تنم بیرون آوردند و بعد از پوشیدن لباسهای خشک بود که مرا به داخل خودروی تویوتا وانتی بردند. بخاری خودرو را تا آخرین درجه زیاد کردند. همین گرما باعث شد کمی جان بگیرم و از ضعف و گرسنگی حرف بزنم. بعد هم لقمه ای نان لواش و تخم مرغ آب پز آوردند که با ولع شروع به خوردن کردم و شاید باورش سخت باشد اما هنوز بعد از سالها مزه آن غذا را در زیر دندانهایم حس می کنم و اگر بگویم که تاکنون هیچ غذایی همچو آن لقمه برایم لذیذ و لذت بخش نبوده، اغراق نکرده‌ام!

در همین لحظه یک دفعه به یاد بهمنی افتادم که درون قایق در انتظار من بود، دوباره نگرانی و دلهره به سراغم آمد.

خودرو تویوتا با سرعت به راه افتاد و به مقر لشکر عاشورا رسیدیم. رزمندگان مثل کسی که از سفر حج آمده به دور من حلقه زده و مرا در آغوش گرفتند. آنها از گفتگوی بیسیمها و گم شدن ما در این دو روز حرف می‌زدند و به همین خاطر به همه واحدها و دیگر لشکرهایی که در هور مستقر بودند، اطلاع داده شده بود. نیروهای واحد مهندسی با نشانی هایی که از محل پیدا کردن من داشتند به رزمندگان واحد اطلاعات و عملیات نشانی بهمنی را هم دادند. به سرعت با دو قایق راهی محل شدیم اما من تاب نشستن نداشتم و همچنانکه پتو را به دور خودم پیچیده بودم، مضطرب و نگران با آنها و با سرعت در پیچ و خمهای هور پیش می‌رفتیم. پس از یک ساعت جستجو بود که به نزدیکی محل قایق رسیدیم. در زیر نور مهتاب بهمنی را دیدم. بهمنی را در حالیکه اشک می‌ریخت در کنارم نشاندم و این در حالی بود که او از شدت خستگی و گرسنگی دیگر نای حرف زدن نداشت!

به مقر گردان که رسیدیم وزیری و اژدر رستمی معاون گردان به استقبالمان آمدند.

وزیری با مهربانی مرا در آغوش گرفته بود و می‌بوسید. با آن لهجه شیرین زنجانی رو به من کرد گفت: "گفتیم بهمنی ما را تحویل عراقیها دادی!" و با این جمله او بود که دوستان و همرزمان شروع به خندیدن کردند. خبر پیدا شدن ما به "حاج حسینی" روحانی عقیدتی رسید و او سراسیمه خود را به مقر گردان رساند و درحالیکه مرا در آغوش گرفته و بر سر و رویم بوسه می‌زد، اشک ریزان از من می‌خواست او را ببخشم، چرا که او خود را مسبب گم شدن ما در هور می‌دانست و پیاپی حلالیت می‌طلبید...

رفتار هر انسان آینه‌ای است که او چهره خود را در آن نشان می دهد • گوته



۳ راه برای تقویت استخوانها

خبر خوب این است که برای حفظ استخوانهایتان هیچ وقت دیر نیست. فقط با انجام تغییرات کوچک در شیوه زندگی‌تان می‌توانید استخوانهایتان را حفظ کنید.سه راهکار طبیعی برای کاهش خطر ابتلا به این بیماری استخوانی پیشنهاد شده است که البته علاوه بر دریافت کافی کلسیم و ویتامین دی، باید به آنها توجه ویژه شود.

شرکت در ورزشهای تحمل وزن: تمرینات تحمل وزن و تمرینات تقویت عضلات، منجر به تقویت استخوانها و به تاخیر انداختن پوکی استخوان وابسته به سن می شود. برخی از ورزشهای تحمل وزن عبارتند از پیاده روی، آهسته دویدن، پرش با طناب، بالا رفتن از پله.



تمرینات تقویت عضلات که در این میان نیاز به بکارگیری وزنه، باند آلاستیک و... دارد .البته اگر شما به یوگا علاقه دارید، این را بدانید که روزانه انجام ۱۲ دقیقه یوگا باعث افزایش تراکم استخوانهای ستون فقرات، استخوان ران و احتمالا استخوان باسن می‌شود.

اگر شما در حال حاضر ابتلا به پوکی استخوان را تجربه می کنید و یا مبتلا به هر بیماری مزمن دیگری هستید، برای انجام ورزشهایی مانند تردمیل یا پرش با طناب با پزشک خود مشورت کنید. همچنین باید در بلند کردن اجسام سنگین، و فعالیتهای ورزشی که نیاز به خم شدن یا پیچش دارند، احتیاط کنید و نظر پزشکتان را جویا شوید.

مصرف پروبیوتیکها، میوه‌ها و سبزیجات: بسیاری از میوه‌ها و سبزیجات حاوی کلسیم، منیزیم، پتاسیم، ویتامین کا، ویتامین ث و پروتئین است. مصرف آنتی اکسیدانها نیز فرایند التهاب و استرس اکسیداتیو را در بدن کاهش می دهند. ضمناً مصرف میوه‌ها و سبزیجات با افزایش تراکم استخوان مرتبط است.

مصرف غذاهای تخمیر شده از قبیل کفیر، کلم ترش، کیمچی نیز تاثیر مثبتی روی استخوانها دارد. این محصولات غذایی حاوی پروبیوتیکها هستند که باعث تقویت و رشد باکتریهای خوب روده شده و در نهایت افزایش تراکم مواد معدنی استخوان را به همراه دارند.

دریافت خواب کافی: یک مطالعه نشان داد مردان و زنان بالای ۵۰ سال که کمتر از ۶ ساعت عادت به خواب شبانه روز دارند، بیشتر در معرض پوکی استخوان قرار می گیرند. حتماً می‌دانید که اغلب بزرگسالان نیاز به خواب بین ۷ تا ۸ ساعت در روز دارند



ده اتفاقی که با خوردن تخم مرغ می‌افتد!

* مصرف تخم مرغ یکی از ارزانترین، ساده ترین و متنوع ترین راهها برای رساندن پروتئین کافی به بدن است.

* تخم مرغ سرشار از اسیدهای آمینه، آنتی اکسیدانها و آهن است. یک عدد تخم مرغ متوسط ۷۶ کالری انرژی دارد و مصرف روزانه یک عدد تخم مرغ، ۳ درصد نیاز انرژی یک مرد بالغ و ۴ درصد نیاز انرژی یک زن بالغ را تامین می کند.

* اضافه کردن تخم مرغ به رژیم غذایی روزانه، شما را از عفونتها، ویروسها و بیماریها دور می کند. تخم مرغ حاوی سلنیوم است؛ یک ماده مغذّی برای دفاع از سیستم ایمنی بدن و تنظیم هورمونهای تیروئید. عدم مصرف سلنیوم در کودکان و نوجوانان منجر به ابتلا به بیماری کیشان می شود؛ عارضه‌ای که قلب، استخوانها و مفاصل را تحت تاثیر قرار می دهد.

* یک عدد تخم مرغ بزرگ حاوی ۲۱۲ میلی گرم کلسترول است. البته منظور این نیست که مصرف آن میزان کلسترول بد خون را بالا می برد. بدن به طور مداوم و خود به خود کلسترول تولید می کند و شواهد نشان می دهند که تخم مرغ می تواند به بهبود سطح آن در بدن کمک کند و آن هم با افزایش کلسترول اچ دی ال یا کلسترول خوب و کاهش کلسترول ال دی ال.

* یک عدد تخم مرغ ۱۵ درصد نیاز شما به ویتامین ب ۲ را تامین می کند؛ ریبوفلاوینی که غذا را در بدن به انرژی تبدیل می کند و منجر به بهبود سوخت و ساز بدن می‌شود.

* ویتامین ب کمپلکس برای تقویت سلامت پوست و مو، چشم و کبد ضروری است. تخم مرغ علاوه بر ویتامین ب ۲، حاوی ویتامینهای ب ۵ و ب ۱ نیز هست که به تقویت سیستم عصبی، افزایش قدرت عضلات و بهبود سلامت پوست و مو کمک می کند.

* تخم مرغ غذای مغز است و آن هم به دلیل ماده ای مغذّی به نام کولین. کولین برای سنتز استیل کولین ؛یک انتقال دهنده عصبی، ضروری است. مطالعات نشان داده‌اند که کمبود کولین منجر به بروز اختلالات عصبی و کاهش عملکرد شناختی می شود.

* اسیدهای آمینه موجود در تخم مرغ تاثیرات روانی نیز دارند و منجر به کاهش قابل توجه سطح اضطراب و استرس می شوند.

* دو آنتی اکسیدان موجود در تخم مرغ شامل لوتئین و زیگزانتین، اثر حفاظتی قدرتمندی روی چشمها دارند. آنتی اکسیدانها به طور قابل توجهی خطر ابتلا به دژنراسیون ماکولا و آب مروارید را با افزایش سن کاهش می‌دهند.

* تخم مرغ یکی از معدود منابع طبیعی حاوی ویتامین دی برای تقویت سلامت استخوانها و دندانها است. مصرف ویتامین دی کافی، باعث افزایش جذب کلسیم، بهبود سلامت قلب، روده و افزایش سوخت و ساز بدن می‌شود.

* تخم مرغ منبع خوبی از پروتئین برای غلبه بر اشتهای زیاد است و مصرف روزانه آن به احساس پری و جلوگیری از پرخوری کمک می کند.

خوابگزار: مصطفی گلیاری
sooshtraa@yahoo.com

دو یادآوری مهم درباره تعبیر خواب‌ها: ۱- همه اسامی مستعار است و اگر مشخصاتی که برای بینندگان خواب می‌نویسم، مانند مشخصات فرد دیگری بود، تصادفی است. اگر کسی می‌خواهد خوابش چاپ نشود، حتماً تأکید کند که چاپ نشود! **۲-** دوستانی که برای تعبیر خواب خود تلفن می‌کنند، لطفاً فقط یکشنبه‌ها و سه‌شنبه‌ها بین ساعت ۱۵ تا ۱۷ با شماره ۲۹۹۹۳۳۳۴ تماس بگیرند و خواهش می‌کنم شماره‌های دیگر مجله را اشغال نکنند.

دوستانی که خواب خود را تلگرام می‌کنند، لطفاً مشخصات خود را کامل بنویسند و مطمئن باشند که خوابها به نوبت در مجله چاپ می‌شود.

خواهشی تکراری: گاه برخی از خوانندگان مهربان و گرانقدر اطلاعات هفتگی پس از خواندن بعضی از خوابها و قصه‌های هفته به من پیام می‌دهند و آدرس و تلفن خانمی را می‌خواهند که آن خواب را دیده یا آن قصه هفته را تعریف کرده. مسلماً هم قصدشان خیر است. حافظ هم گفت بگو: "غرض ز مسجد و میخانه‌ام وصال شماست / جز این خیال ندارم خدا گواه منست". خواهش تکراری من این است که لطفاً از این پیامها ندهند چون فایده‌ای ندارد. من اسمها را مستعار می‌نویسم، تلفنها را هم سیو نمی‌کنم و آدرسی ندارم. بعضی از دوستان خیرخواه هم اعلام می‌کنند که می‌خواهند برای فلان شخصیت قصه یا بگو سیب پول بفرستند. لطفاً چنین تقاضایی هم نکنند چون من جز در مواردی معدود و نادر، اسم و آدرس کسی را ندارم. اگر خواستید کمک مالی کنید، لطفاً با مجله تماس بگیرید. به جان شما که جان جانان منید، بسی گرفتارم. و لطفاً برای تعبیر خواب به گوشی من زنگ نزنید چون وقتهایم برای کارهایم تنظیم شده و وقتی که شما تلفن می‌کنید، مشغول کاری از پیش تعیین شده هستم. مخلص شما هم هستم. **هشدار مهم:** خواب خود را قبل از این که برایتان تعبیرش کنم، برای کسی تعریف نکنید زیرا شاید در خواب شما رازهایی باشد که وقتی که تعبیرش را نوشتم، کسانی که خواب را از خودتان شنیده باشند، خواهند فهمید آن رازها مال شماست و خوشتان نیاید.

خدا رحمت کند آن را که زبانش را نگه می‌دارد
● پیامبر اکرم (ص)

قایق یخی

شهلا مقاماتی، ۳۰ ساله، متارکه و متعه شوهر سابق، بیکار، ساوه

برای اینکه حقوق مرحوم پدرم به من تعلق بگیرد، از شوهرم طلاق گرفتم و صیغه خودش شدم تا ازدواجمان ثبت نشود و حقوق پدرم را بگیرم. یک شب قبل از اینکه مهلت صیغه تمام شود، خواب دیدم هوا طوفانی بود. من و شوهرم در باربند کامیون بودیم. رگبار و بوران بود. وسط راه کامیون ایستاد و مردی سن بالا سوار شد. شبیه رئیس بانک بود. شوهرم به من گفت هیچی نگو خسته‌مه و خوابم میاد. و یک پوستین گوسفند روی خودش کشید و خوابید. من از طوفان ترسیدم و از شوهرم خواستم بیدار شود ولی خوابِ خواب بود. بعد دیدم کنار رودخانه هستم. یک گوسفند دیدم که مرده بود. آب داشت مرا می‌برد. یک گرگ که عینک زده بود، گفت بیام از آب بگیرمت؟ جوابش را ندادم. گفت برات قایق میندازم و یک قایق قشنگ به طرفم آمد. اول فکر کردم از بلور است ولی دیدم از یخ ساخته شده. سوارش شدم و به طرف ساحل پارو زدم. گمان کنم می‌خواستم آن گوسفند را با خودم ببرم. گرگ گفت وقتی که سوار قایق شدی، گوسفند جان گرفت و با یک گوسفند دیگر رفت. بیام از آب بگیرمت؟ یکهو قایق یخی آب شد و من در آب فرو رفتم. از ترس بیدار شدم.

تعبیر: خواب شما می‌گوید نگرانید که حقوق پدر را از دست بدهید. آن طوفان و کامیون هم نماد زندگی خود شماست. شوهرتان که خوابید، به این معنی است که در بحرانها شما را تنها می‌گذارد ضمناً درآمد خوبی هم ندارد. رفتن آن گوسفند با گوسفندی دیگر به این معنی است حالا که عقد دائم را به موقت تبدیل کرده‌اید، و حالا که به آخرین روز مدت صیغه رسیده‌اید، نکند شوهرتان شما را بگذارد و با زنی دیگر برود. اگر رئیس بانک عینکی است، آن گرگ نماد اوست. [گفت عینکی است و وعده وام داده] اینکه چرا شبیه گرگ شده، شاید خودتان بهتر دلیلش را بدانید. آن قایق یخی نماد وامی است که به شما وعده داده شده و دیدید که زیبا بود ولی زود آب شد که یعنی آن وام را نگیرید چون برای پس دادنش به مشکلاتی می‌افتید و در بدهی غرق می‌شوید.

خودم را به مردن زدم

نوشین، ۴۴ ساله، متأهلِ جدا، خانه‌دار، تهران

دو سال است از شوهرم جدا زندگی می‌کنم. دست بزن دارد. خیانت هم می‌کند. بدبین هم هست و می‌گفت نه حق داری از خانه بیرون بروی نه مهمان بیاید. خوابهای پریشان می‌بینم. آخرین خوابم: جایی بودیم. من به شوخی خواستم خودم را اقایم کنم. پرواز کردم خیلی رفتم بالا. آنها را می‌دیدم که دنبالم می‌گشتند. بعد دیدم جایی دراز کشیده‌ام. خودم را به مردن زده بودم. خواهرم گوشم را قلقلک داد. خودم را کنترل کردم اما از داخل می‌خندیدم. خواهرم گفت مرده. مرا بلند کردند داخل تابوت بگذارند. عموبزرگه گفت غریبه‌های نامحرم به من دست نزنند. لباس بلند و گشاد خاکستری تنم بود. گفتم دیگر بیدار شوم. بیدار شدم. آنها از نقشی که بازی کرده بودم، ناراحت شدند. گفتم به هر حال آدم یک روزی می‌میرد. عمو کوچیکه خوشحال بود.

تعبیر: این خواب کاملاً مشخص می‌کند که از اوضاع زندگی خودتان رضایت ندارید و حس می‌کنید حامی و پشتیبان خوبی هم ندارید که بتوانید به او تکیه کنید یا حال شما را درک کند. به همین دلیل در خواب میل دارید قایم شوید. قایم شدن که از بازیهای دلخواه کودکان است، ریشه‌اش در جلب توجه دیگران است. شما هم در این بازی می‌خواهید توجه آنها را جلب کنید پس در بیداری به شما بی‌توجهی می‌شود. شما آنها را می‌بینید که دنبالتان می‌گردند و خوشحال می‌شوید چون می‌بینید برای آنها مهم هستید. بعد خود را به مردن می‌زنید. از درون می‌خندید و در بیرون مثل مرده هستید. این هم یعنی ذاتاً آدم شادی بوده‌اید و حالا افسرده شده‌اید. و یعنی از اینکه دلشان برای شما می‌سوزد و کوشش می‌کنند شما را زنده کنند، خوشحالید. عموبزرگه نماد تعصّب خانوادگی است. وقتی که دیگر باورشان شد که زنده نیستید و تابوت می‌آورند، از بازی دست می‌کشید. آنها از اینکه شما نقش بازی می‌کرده‌اید، ناراحت می‌شوند در حالی که باید وقتی می‌فهمند زنده‌اید، خوشحال شوند. آخرین جمله شما: به هر حال آدم یه روزی می‌میره... نماد افسردگی شماست و کل خواب هم به این افسردگی و تنهایی و ناامنی اشاره دارد.

لباس داشت ولی انگار نداشت

خانم ص.ح، ۵۰ ساله، متأهل، خانه‌دار، اصفهان

برادر شوهری داشتم که ۳۰ سال پیش به رحمت خدا رفت. خدابیامرز آدم خیلی خوبی بود. از آن روز خانمش هم رفت و قطع رابطه هستیم. دختر ۲۵ ساله‌ای هم دارم که درباره ازدواجش خوابهای آشفته‌ای می‌بینم. سال پیش خواستگار خوبی داشت ولی چون مهر پسری در دلش افتاده بود، خواستگار را رد کرد. حالا با کسی نیست. دیشب خواب دیدم انگار عروسی دخترم بود. من و دخترم خوشحال بودیم. حمام رفته بود. لباس پوشیده بود ولی لباس زیر و ظاهر و باطنش دیده می‌شد. دخترم روی تخت بود. داماد آمد. دیدم همان برادرشوهر مرحوم است یعنی عموی دخترم. لباس و قیافه‌اش مثل سی سال پیش بود. من ترس برم داشت که این نمیشه چون عموی دختر مه. درباره خودم هم چند بار خواب دیدم مو در آورده‌ام و به خودم می‌گویم من که چند روز پیش شیو کرده‌ام پس این موها چیست؟!

تعبیر: هر دو خواب از روحیات و مسائل خودتان حرف می‌زند. لباس دخترتان به این معنی است که گرچه گاهی فکر می‌کنید از کارهایش سر در نمی‌آورید و او را نمی‌شناسید، واقعیت این است که همه چیزش را می‌شناسید. یعنی از رازهایش خبر دارید. دامادی که همان مرحوم عموست، به این معنی است که کاش دخترتان با مردی مثل او ازدواج کند. و ضمناً این خواب می‌گوید درباره برخی مسائل خصوصی زناشویی نارضایتی‌هایی دارید. خواب مو در آوردن به معنی ترسی است که از بالا رفتن سن دارید و نگرانید که جذابیّت‌های شما تمام شود. هر دو خواب نشان می‌دهد خیلی دغدغه و فکر و خیال دارید. پیشنهاد می‌کنم تمرین‌های آرامش و تمرکز و مدیریت فکر کنید تا هم جذابیّت شما بالا برود هم افکار منفی و نگران کننده شما را رها کنند.

ورزشی

مهری مصور

گفت‌وگو با تکنیکی‌ترین سپاهانی فوتبال

به خاطر مادرم تیم ملی را کنار گذاشتم



یکی از بهترین بازیکنانی که سپاهان در دهه هشتاد در ترکیب خود داشت، به خاطر یک مصدومیت مجبور شد به عمر فوتبال حرفه ای خود پایان دهد. "محمود کریمی "که زمان برانکو به تیم ملی هم دعوت شد و همه تکنیک او را با علی کریمی قیاس می کردند، چند سالی است به جرگه مربیان پیوسته و همراه سپاهان افتخارات فراوانی کسب کرده است. سفر به اصفهان بهانه ای شد تا با این مربی جوان گپ و گفتی داشته باشیم.

محمود کریمی سبیکی؛ داستان این پسوند چیست؟

سبیک یکی از روستاهای فریدون‌شهر است که پدر و مادر من متعلق به این منطقه هستند، پدرم ۴۰ سال قبل به اصفهان کوچ کرد و من هم در اصفهان به دنیا آمدم اما اقوام زیادی در این منطقه داریم.

پس با این حساب از نژاد گرجی هستید؟ لهجه که ندارید؛ می توانید با زبان گرجی تکلم کنید؟

بله درست است. البته این زبان را کاملاً متوجه می‌شوم؛ پدر و مادرم در خانه گرجی صحبت می کنند و همسرم نیز گرجی است.

گرجی‌ها فوتبالیست شاخص دیگری هم دارند یا به تنهایی پرچم بازیکنان این نژاد را بالا نگه داشته‌اید؟

در ایران که فوتبالیست گرجی نمی‌شناسم اما چند سال قبل جابامجیری و کاخابر آخالادزه در تیم سپاهان بازی می کردند که اهل کشور گرجستان بودند.

در مورد پیوستن محمود کریمی به سپاهان روایتهای مختلفی وجود دارد اما دوست داریم روایت اصلی را از خود شما بدون واسطه بشنویم.

من در حقیقت بازیکن تیم فولاد مبارکه بودم که از سال ۷۲ به این تیم پیوستم و در تیمهای نوجوانان، جوانان و امید این باشگاه بازی کردم و سال ۷۹ هم در لیگ دسته یک حضور داشتم. تا اینکه در این سال با تیم سپاهان ادغام شدیم؛ بعد از ادغام به بازیکنان فولاد رضایت‌نامه دادند اما خلیلی مدیرعامل وقت باشگاه به من اجازه رفتن نداد و گفت در این تیم بمان؛ من در آن زمان کم سن و سال و کمرو بودم اما بعد از صحبتی که با آقای ندیمیان سرمربی تیم داشتم، در سپاهان ماندنی شدم.

با این حساب دوران فوتبال شما و محرم نوید کیا تقریباً یکسان بوده است؟

من و محرّم هم‌محله‌ای بودیم و سابقه بازی در مسابقات محلی و آموزشگاهی را داشتیم اما محرّم دو سال زودتر از من به تیم بزرگسالان سپاهان پیوسته بود اما تقریبا همدوره بودیم.

در مجموع محمود کریمی چند قهرمانی را با تیم سپاهان کسب کرده است؟

یک قهرمانی در لیگ، ۳ قهرمانی در جام حذفی و نایب‌قهرمانی در آسیا در زمان بازیگری و ۴ قهرمانی در لیگ و یک قهرمانی در جام حذفی در مقام مربی؛ البته فصل چهاردهم تا پایان همراه تیم نبودم.

کدامیک از قهرمانی‌های متعدد با سپاهان خاطره‌انگیزتر بود؟

قهرمانی اول در لیگ؛ کاملا طبیعی است که هر اتفاق اولی شروع یک موفقیت است، در لیگ دوم تیم ما در حالی به قهرمانی رسید که هیچ‌کسی فکرش را نمی‌کرد یک تیم شهرستانی بتواند به قهرمانی برسد. در دوران مربیگری نیز قهرمانی که به همراه کرانچار کسب کردیم، خیلی شیرین بود زیرا امتیازات زیادی از تیمهای مدعی عقب بودیم اما توانستیم در نهایت همه حریفان را پشت سر بگذاریم.

بازی معروف سپاهان و پرسپولیس در جام حذفی و هت تریکی که انجام دادید، نقطه عطفی در زندگی ورزشی محمود کریمی است اما همیشه برای من سوال بوده که چرا در مسابقه به این مهمی و سرنوشت سازی، ذخیره بودید؟

زمانی که لوکا هدایت تیم ما را بر عهده گرفت، دیسیپلین و سختگیری زیادی داشت، من هم خوب تمرین می کردم اما در بازیها نمایش خوبی نداشتم، با مشکل مصدومیت هم مواجه و دچار افت شده بودم و در کل فصل خوبی را پشت سر نگذاشته بودم تا اینکه رسیدیم به نیمه نهایی جام حذفی و تا دقیقه ۷۰ بازی هم از پرسپولیس عقب بودیم تا اینکه من وارد بازی شدم.

یعنی کمتر از ۴۰ دقیقه ذخیره بازی کردن هم کافی بود تا هت تریک کنید آن هم در ورزشگاه آزادی و مقابل هواداران پرشمار پرسپولیس؛ زمانی که تابلوی تعویض بالا رفت، تصوّرش را می کردید چنین اتفاق بزرگی در انتظار شما باشد؟

اصلاً فکرش را نمی کردم چون کلاً در طول فصل سه چهار گل بیشتر نزده بودم و اعتماد به نفسم هم ضعیف شده بود. با حضور من و محرّم و پایی، قدرت هجومی تیم بالا رفت؛ البته بازی در ورزشگاه آزادی بهشت همه مهاجمان و بازیکنان تکنیکی بود. گل اول را که زدم، سکوت محض در ورزشگاه حاکم شده بود؛ بعد از گل دوم هم دیدم برخی از تماشاگران در حال خروج از ورزشگاه هستند و بعد از گل سوم که دیگر ورزشگاه تقریباً خالی شده بود. به دلیل اینکه بازی به وقت اضافه کشید شد، پروازمان کنسل شد و برای شام به هتل المپیک رفتیم؛ در آن جا واکنشهای جالبی دیدم و بعد هم از اصفهان دوستانم به من زنگ زدند و گفتند طرفداران سپاهان به خیابان ریخته‌اند و خوشحالی می کنند.

می گویند زمانی محمد مایلی کهن شما را با مایکل اوون مقایسه کرده است؛ شنیده‌اید؟

مایلی کهن در یک برنامه تلویزیونی این حرف را زده بود که البته من آن برنامه را ندیده بودم اما برادرم برایم تعریف می کرد که جالب بود، زیرا در آن سالها اوون در اوج بود و به خاطر سرعت و ریزاندامی مرا با او مقایسه کرده بودند.

بالاخره برسیم به داستان عجیب و غریب تیم ملی و محمود کریمی؛ اولین بار کی به تیم ملی دعوت شدید؟



سال ۸۰ که برانکو مربی تیم ملی بود، من و محرّم را به این تیم دعوت کرد و قرار بود تیم در تورنمنت مراکش شرکت کند که من از همراهی تیم ملی عذرخواهی کردم که برانکو هم قبول کرد. برای مسابقات غرب آسیا هم دوباره من و محرّم از تیم سپاهان به تیم ملی دعوت شدیم.

در آن زمان برخی

روزنامه‌ها نوشته بودند که به خاطر بیماری مادرتان از حضور در تیم ملی عذرخواهی کرده‌اید. واقعیت ماجرا چه بود؟

دو سال بعد از مسابقات غرب آسیا، دوباره کادر فنی تیم ملی مرا دعوت کرد اما به تمرینات نرفتم که کمیته انضباطی مرا فراخواند تا در مورد غیبتم توضیح بدهم، من هم از آنها خواستم که دیگر مرا به تیم ملی دعوت نکنند تا به خاطر غیبتم جریمه کنند و دیگر از آن موقع هم به تیم ملی دعوت نشدم.

دعوت به تیم ملی نهایت آرزوی هر بازیکن فوتبالی است اما محمود کریمی اعلام می‌کند دیگر مرا دعوت نکنید. چرا؟

در مقطعی دلیلش بیماری مادرم بود که جراحی کرده بود و تمام فکر و ذکرم پیش مادرم بود. بارها این سوال را از من پرسیده‌اند که هر بار هم جواب می‌دهم، من خودم را در حد تیم ملی نمی‌دانستم و فراری بودم از دعوت شدن به تیم ملی چون طاقت حضور در اردوهای بلند مدت را نداشتم؛ مثلاً برای مسابقات غرب آسیا حدوداً یک ماهی در اردو بودیم که به من خیلی سخت گذشت. دلیل دیگرش هم این بود که مهاجمان بزرگی همانند علی دایی، هاشمیان و علی کریمی همدوره من بودند و ترجیح دادم در حضور این بازیکنان بزرگ من کنار بروم.

اما من باز هم قانع نشدم که چرا یک بازیکن از ملی‌پوش شدن فراری باشد؟

من جاه‌طلب نبودم؛ جاه‌طلبی بخشی از وجود افرادی است که اهداف بزرگی دارند اما من آرامش در زندگی را ترجیح می‌دهم.

لابد به واسطه همین جاه‌طلب نبودن هم در سپاهان ماندید؟

مدیر برنامه نداشتم و پیشنهادی هم به من نرسید اما شنیده بودم که در لیست برخی مربیان قرار داشتم البته هیچگاه بحث جدی پیش نیامده بود. این را هم بگویم که سپاهان بهترین شرایط را داشت و از لحاظ تشکیلاتی، مدیریتی و باشگاهی و مالی برتر از سایر باشگاهها بود و لزومی نداشت به تیم دیگری بروم، ضمن اینکه در شهر خودم راحت بودم.

پیشنهادی برای لژیونر شدن نداشتید؟

دو بار از تیم‌های اماراتی پیشنهاد داشتم اما به طور جدی به آنها فکر نکردم.

فروردین سال ۸۷؛ بازی سپاهان و مس کرمان و تراژدی مصدومیت چشم محمود کریمی؛ در مورد این مصدومیت صحبت کنید.

ما با تیم مس کرمان بازی داشتیم و هفت امتیاز هم از پرسپولیس جلوتر بودیم. در آن دیدار محرّم غیبت داشت و کاپیتانی تیم به من رسیده بود. در جریان دیدار و طی برخوردی که با مهدی رحمتی داشتم، زانویم آسیب بدی دید و دقایقی به بیرون زمین رفتم و حتی وی را هم



...مدیر برنامه نداشتم و پیشنهادی هم به من نرسید اما شنیده بودم که در لیست برخی مربیان قرار داشتم البته هیچگاه بحث جدی پیش نیامده بود....

دستور تعویض داد و زاد محمود هم برای جانشینی من تا لب خط جلو آمد اما به دلیل اینکه مسئولیت کاپیتانی را بر عهده داشتم، گفتم می‌خواهم بازی کنم. یکی دو دقیقه بعد محسن حمیدی توپی را فرستاد که من کنترل کردم و رسول میرطرقی هم برای دفع توپ جلو آمد که دستش به چشم من برخورد کرد و برای یک لحظه چشمانم سیاه شد که بسیار وحشت کرده و ترسیدم. به مرور دید تیره و تاری پیدا کردم. بعد به چشم پزشکی رفتم اما پزشکی که مرا معاینه کرد، متخصص نبود و تشخیص پارگی چشم داد و قطره‌ای تجویز کرد تا استفاده کنم. چهار روز بعد قرار بود برای دیدار با الاتحاد به عربستان برویم و من برای این سفر آماده می‌شدم تا اینکه دکتر ربیعی از من خواست پیش یک متخصص برویم. متخصص زمانی که مرا معاینه کرد، گفت باید اورژانسی جراحی شوی زیرا مشکل پارگی شبکیه رخ داده بود وحتماً باید جرّاحی می کردم که کردم. بعد از جراحی تا اولین روزی که به تمرینات رفتم، ده ماه طول کشید البته تمرینات سبکی هم داشتم. وقتی به تمرینات برگشتم، فرهاد کاظمی سرمربی سپاهان بود و تقریبا دو ماه بعد در بازی با برق شیراز برای ۱۰ دقیقه پایانی مرا بازی داد و در بازی با پرسپولیس هم ۲۰ دقیقه بازی کردم.

گویا بعد از بازی با پرسپولیس بود که از فوتبال خداحافظی کردید؟

واقعیت این بود که ناخودآگاه از برخوردها و ضربه سر می‌ترسیدم زیرا چشم عضو حساسی است. دکتر جرّاحم هم اصرار داشت بازی نکنم و به این نتیجه



رسیدم که خداحافظی کنم و تصمیمم را به باشگاه و به مربیان تیم هم اعلام کرد.

اما چطور شد که دوباره به تمرینات برگشتید؟

پس از اینکه قلعه‌نویی به عنوان سرمربی تیم معرفی شد، صحبتی با من داشت که به تیم برگردم اما به وی گفتم که نمی‌خواهم بازی کنم ولی قلعه‌نویی از من خواست تا مدتی با تیم تمرین داشته باشم و بعد از آن تصمیم نهایی را بگیرم. من با تیم به اردوی ترکیه هم رفتم اما در نهایت به این نتیجه رسیدم که خداحافظی‌ام را قطعی کنم زیرا نمی‌خواستم خاطره شیرینی که مردم از من دارند، از بین برود.

وخداحافظی از بازیگری فوتبال با ورود به دنیای مربیگری همزمان شد. از قبل برای مربیگری برنامه داشتید؟

من به مربیگری هیچ علاقه‌ای نداشتم و هیچگاه هم به این مسئله فکر نکرده بودم. اما قلعه‌نویی و آقای ساکت اصرار داشتند من به کادر فنی اضافه شوم و من هم به خاطر خانواده‌ام که دوست داشتند، همچنان در کنار فوتبال باشم، قبول کردم. در زمان قلعه‌نویی من مسئولیت خاصی در کادر فنی نداشته زیرا کارت بازی هم نداشتم که بتوانم روی نیمکت بنشینم. اما در زمان کرانچار مسئولیتم سنگین شد و به واسطه اینکه به این شغل علاقه‌ای نداشتم، خیلی اذیت می‌شدم.

گفتید که به مربیگری علاقه نداشتید اما در دوره قلعه‌نویی و کرانچار در کادر فنی حضور داشتید اما وقتی فرکی سرمربی شد، از کادر فنی سپاهان کنار رفتید.

من مشکلی با فرکی نداشتم زیرا زمانی که در مسابقات غرب آسیا بازی می کردم، وی مربی تیم ملی بود و از یکدیگر شناخت داشتیم ؛ زمانی هم که سرمربیگری سپاهان را بر عهده گرفت، مایل بود من همچنان در کادر فنی این تیم حضور داشته باشم اما من از یکی دو سال قبل تصمیم جدی برای کنار گذاشتن مربیگری گرفته بودم و آن را عملی کردم و ترجیح می‌دهم به عنوان هوادار فوتبال را دنبال کنم.

ودر پایان، در مورد حضور سپاهان در رقابتهای جام باشگاههای جهان صحبت کنید.

تجربه فوق‌العاده‌ای بود، از همان زمانی که سوار هواپیما شدیم، متوجه شدیم چه مسابقات مهمی را پیش رو داریم؛ فیفا بهترین هواپیما و بهترین امکانات را برای ما در نظر گرفته بود. این مسابقات با حضور تیمهایی همانند آث میلان و بوکاجونیورز به نوعی جام جهانی کوچک هم محسوب می‌شد و خوشحالم به همراه سپاهان این فرصت را به دست آوردیم تا به عنوان اولین تیم ایرانی شرکت کننده در مسابقات جام باشگاههای جهان شرکت کنیم. ■

تنهایی برای جوان ارزشمند و برای پیر آزار دهنده است

● سقراط

نقد ورزشی

علی کیانی موحد

نفت را بسوزان

زمانی اگر قرار بود از ثبات مدیریت و برنامه ریزی در فوتبال ایران، چیزی که بسیار بسیار کم تا به امروز مشاهده شده، صحبت کنیم باید از باشگاه نفت تهران حرف می‌زدیم.
این باشگاه قدیمی که تخصّص خاصی در جام حذفی دارد، از سال ۸۹ به لیگ برتر بازگشت. حسین فرکی به عنوان سرمربی در فصل اول به عنوان سیزدهم دست یافت اما پس از آن عنوان پنجمی و پس از آن از منصور ابراهیم زاده، یحیی گل محمدی، علیرضا منصوریان و علی دایی به عنوان سرمربی استفاده کرد که حاصلش دو عنوان سومی در لیگ، یک نایب قهرمانی جام حذفی و یک قهرمانی جام حذفی بود.
باشگاه نفت براساس سیاستهای وزارت نفت تصمیم گرفت سال گذشته قید تیمداری را بزند و شرکت **بهنام پیشرو کیش** که زمانی اسپانسر پرسپولیس هم بود، امتیاز نفت را خرید. شرکتی که گویا تنها روی کاغذ وجود دارد و هیچ فردی از فعالیتهای آن، دفترش و شیوه درآمدزایی آن آگاه نیست. هرچه هم بیشتر تحقیق کنید، به نتیجه کمتری خواهید رسید. تقی گلرخسار که از نزدیکان امیرخادم به حساب می‌آید پس از آنکه نتوانست پرسپولیس را از آن خود کند به تیم نفت روی آورد و با خرید امتیاز آن، رویای تیمداری‌اش را محقق ساخت؛ رویایی که به سرعت به کابوس تبدیل شد و هواداران پرسپولیس امروز خوشحال هستند که گل‌رخسار، نتوانست تیم محبوبشان را به خاک سیاه بنشاند. اما مالک نفت نه تنها به تعهدات مالی‌اش عمل نکرد بلکه باعث شد از همان هفته‌های ابتدایی علی دایی و تیمش درگیر مشکلات مالی شوند و برخی مواقع اعتصاب کنند. علی دایی که شهرت و اعتبارش را وسط گذاشته بود با هر ترفندی توانست قهرمانی جام حذفی را با تیم در بحرانش کسب کند و عطای همکاری با نفت را به لقایش ببخشد.
بازی جدیدی آغاز شد. یک تاجر مدعی شد که می‌خواهد امتیاز نفت را بخرد و مذاکراتی با علی کریمی انجام داد و یکباره این اسطوره به سرمربی تیم نفت تبدیل شد. درحالیکه کریمی در حال آماده سازی تیم برای فصل جدید بود، تاجر از دسترس خارج شد و دیگر خبری از او نشد. کریمی هم رفت و درخشان که همیشه به دنبال موقعیتی برای سرمربیگری یک تیم لیگ برتری است، جانشین او شد.
حال نفت مانده و بحرانی سخت.
این تیم نه مدیرعامل دارد، نه اسپانسر، نه مالک، نه مشتری دست‌به‌نقدی برای خرید و در این شرایط باید در لیگ قهرمانان آسیا هم شرکت کند! گویا مسئولان فدراسیون هم بدشان نمی‌آید که نفت از لیگ برتر و لیگ آسیا کنار گذاشته شود تا ذوب آهن و قلعه نویی آسیایی شده و صبا باطری هم به لیگ برتر بازگردد.
این شیوه تیمداری را فقط و فقط در ایران می‌توان مشاهده کرد. همین شیوه باعث شده پرسپولیس و استقلال میلیارد میلیارد به همه بدهکار باشند و بخش خصوصی هم برای تیمداری هزینه‌ای نکند. اگر هم بخش خصوصی پیدا شود، امثال گل رخسار و هدایتی و زنجانی هستند که ظاهراً به دلایل دیگری وارد گود می‌شوند و نیّات و اهدافشان برای تیمداری چندان به کار ورزش نمی‌آید.
امروز نفت را با آن قدمت سوزاندیم، سال گذشته راه آهن از ریل خارج شد و مشخص نیست فردا چه بلایی قرار است سر دیگر تیمهای قدیمی و ریشه دار فوتبالمان بیاوریم. برای شما سوال است که پس نقش فدراسیون فوتبال چیست؟!
خودتان را اذیت نکنید، آنها همین که تیم ملی را به جام جهانی ببرند برایشان کافی است. قرار نیست در فوتبال ایران نقش دیگری داشته باشند!



چون دوست دشمن است...

محمد بهی

روزگاری بهترین بازیکنان فوتبال در سراسر کشور رویای حضور در یکی از تیمهای پایتخت را داشتند. آنها با عشق می‌آمدند، با عشق پیراهن می‌گرفتند و با عشق می‌ماندند و حتی بسیاری نیز با عشق از این دنیا سفر کردند. همایون بهزادی و منصورپورحیدری دو نمونه بارز عاشقانی بودند که بدون سرو صدا غروب کردند در صورتیکه در طول حیاتشان مانند یک ستون، استحکام و قدرت زیادی به قرمز و آبی پایتخت دادند. اما حالا سیب روزگار آن قدر چرخیده که کسی پیراهن عَرَق کرده را به خانه نمی‌برد تا آن را بشوید و در کنار لباسهای مجلسی یا به قول قدیمی‌ها "پلوخوری" از آن نگهداری کند! اکنون پیراهن را می‌پوشند تا جیبها را پر پول کنند. اکنون فوتبال فرهنگ متفاوتی دارد و بیشتر به محلی برای کسب درآمد تبدیل شده تا جایی برای ورزش و مرد شدن! ستاره‌ها دیگر به پیراهن عِرق ندارند. هر کجا پول باشد، آنها هم همان رنگی هستند!
کاوه رضایی از باشگاه استقلال به کنفدراسیون فوتبال آسیا شکایت کرد تا مطالباتش را بگیرد! تا چه بشود؟ پول بیشتری در بلژیک خرج کند؟ آیا اگر این مطالبات به مهاجم سابق آبی‌ها نرسد او از گرسنگی رنج می‌برد یا اینکه گرد آوارگی در اروپا روی شانه‌هایش می‌نشیند؟! چه دلیلی می‌توان ساخت که کار کاوه توجیه شود؟ اگر استقلال تهران در لیگ قهرمانان آسیا با محرومیت مواجه شود آیا کاوه رضایی به طلب خودش خواهد رسید؟ آیا او واقعاً نمی‌داند که منصورپورحیدری با کوهی از طلب مالی از خانه ۵۰ ساله‌اش رخت بست و پس از مرگش بود که همه از بدهی باشگاه به پدر استقلال با خبر شدند؟!
البته موضوع کاوه رضایی، موضوع جدیدی نیست. پیش از او متعصّبان زیادی بودند که پول بیشتر را به عشق نداشته‌شان ترجیح دادند و پس از او نیز مطمئن باشید که اینگونه متعصّبان را بیشتر هم خواهید دید. متعصّبانی که از بچگی عاشق رنگ محبوب بودند! اما کافی است تا سبزی اسکناس به آنها نشان داده شود تا یک شبه از رنگ محبوب شاکی شوند! حالا مخاطبان فوتبال می‌دانند که نباید این عشق‌ها و تعصّبات شعاری و پوشالی را جدی بگیرند. این رفتارها در ذهن همه خواهد ماند. شاید آنها در آینده بازهم بزرگواری خودشان را نشان دهند و این بازیکنان را در بازگشت به تیم محبوب سابق بپذیرند اما در اصل موضوع تغییری حاصل نخواهد شد.
روزگاری بازیکنان برای پیراهن محبوب، پول هم می‌دادند اما حالا در فوتبال ایران چیزی که ارزش ندارد، همین پیراهن است. به خاطر همین فوتبال ما جذابیّت دهه ۶۰ و ۷۰ را ندارد. به خاطر همین لیگ ما کیفیت ندارد و به خاطر همین مجبوریم که برای تیم ملی در اروپا فانوس به دست بگیریم و دورگه‌ها را پیدا کنیم!



خطر برای مطرحترین راننده ایرانی



سام طاهری، شرکت کننده ایرانی یوروناسکار در راند ۵ و ۶ این رقابتها که در هلند برگزار شد با وجود عدم موفقیت در الیت یک به‌دلیل ناآشنایی با پیست کوچک ۸۰۰متری و معروف به پیست منحنی و تخم‌مرغی زاویه‌دار در سر پیچ‌ها، توانست در روز بعد با آشنایی بیشتر در رقابتهای الیت ۲ در جای سوم بایستد. این مسابقات در جنوب شرقی هلند در نزدیکی مرز آلمان انجام شد و سام طاهری با وجود نداشتن تمرین در این پیست به‌دلیل نداشتن زمان کافی باز هم با کسب مقام سومی توانست امتیازات قابل‌توجهی برای خود در جدول کلی دست و پا کند.

سام طاهری، راننده ایرانی درباره اتفاقاتی که در رالی اخیر برایش پیش آمد، گفت: "مسابقات هلند به لحاظ نوع پیست، مسابقات سختی بود و شرکت کنندگان محلی به‌دلیل آشنایی و تمرین در این پیست وضع به‌مراتب بهتری نسبت به دیگر شرکت‌کنندگان داشتند. پیست منحنی عامل تصادفات بسیاری شد که من هم شانس آوردم از کنار چند تصادف ایجاد شده جان سالم به‌در بردم و فقط چند خط روی ماشین افتاد. اگرچه خرابی هیدرولیک فرمان و ریزش روغن باعث شد تا در رقابتهای الیت یک موفق نباشم، اما روز بعد با تلاش مکانیکها و ۱۰ دقیقه تمرین در پیست با سبقت گرفتن به‌موقع از چند ماشین توانستم خودم را به نفر هفتم برسانم و رتبه سوم را در کلاس خود کسب کنم و به مسابقات آینده امیدوارتر شوم. حتی گروه ناسکار آمریکا که در محل مسابقه بودند، انتظار نداشتند بتوانم این گونه ظاهر شوم و این درحالی بود که اکثر شرکت کنندگان تجربه ۴ و ۵ ساله شرکت در این رقابتها را داشتند و من حضور نخست خود را تجربه می کردم. امیدوارم به‌عنوان یک ایرانی باعث افتخار همه هموطنانم در اروپا و سراسر جهان شوم."

هم‌اکنون طاهری با در پیش داشتن ۳ تورنمنت دیگر که اولی دو هفته دیگر در روزهای شنبه و یکشنبه دو هفته آینده در آلمان و دو تای دیگر با ضریب امتیازات دو برابر در خاک ایتالیا و بلژیک خواهد داشت، این بخت را به گفته خود دارد تا به‌عنوان نخستین ایرانی در یورو ناسکار در جمع برترین‌ها بایستد.

دایی، آزادکننده زندانیان دیه

کاپیتان اسبق تیم ملی فوتبال ایران و آقای گل جهان در اقدامی پسندیده سه زندانی دیه را آزاد کرد.با هماهنگی های صورت گرفته علی دایی کاپیتان اسبق تیم ملی فوتبال ایران و آقای گل جهان سه زندانی دیه را از بند آزاد کرد. او با پرداخت بدهی های این سه مقدمات آزادی آنها را فراهم آورد.این سه مرد هر سه به دلیل حوادث مختلف محکوم به پرداخت دیه شده بودند اما به دلیل عدم توانایی در پرداخت این مبلغ به زندان افتادند.علی دایی پیش از این نیز سابقه آزاد کردن زندانیان مهریه و دیه را دارد.



بانوی آهنین ورزش ایران

ورزشکار دوست داشتنی راگبی کشورمان که دچار یک سانحه تصادف شدید شده بود، به آرامی روند درمانش را طی می کند.حتماً **سارا عبدالملکی** را می شناسید. بازیکن تیم راگبی بانوان کشورمان که به خاطر برخاستن از تخت بیمارستان پس از دهها عمل جراحی، به "دختر آهنین" ورزش ایران بدل شد. دختری که قصه زندگیش، دل خیلیها را به آتش می کشید.سارا اما خود را تقدیم غم و غصه نکرد.او به جای ماندن در تخت و فکر کردن به گذشته شیرینش، دست را روی زانو گذاشت و برای رسیدن به مرز بهبودی کامل از جای برخاست. حالا خداوند و دعای خیر مردم پشت سر سارای ورزش ایران است.دختری که از حادثه تصادف با اتومبیل جان سالم به در برد و حالا می خواهد بیماری اش را نیز زمین بزند.تلاش بی نظیر سارا برای بازگشت به زندگی عادی و طی کردن دوران بیماری ستودنی است.دختری که مثل آهن استوار است، حالا می کوشد تا مثل روزی که ستاره راگبی بانوان بود،این بار نیز دل مردم ایران را با بازگشتش به دوران سلامتی شاد کند. سارا می تواند، سارا قوی و قدرتمند است و حتما این روزهای سخت را هم پشت سر می گذارد.دختر آهنین ورزش ایران بهتر از هر کسی می داند دعای خیر مردم چه تاثیر شگرفی بر درمان هر بیماری دارد.



وحید، مربی نوجوانان هامبورگ

وحید هاشمیان که چندی پیش، فعالیت خود را به‌عنوان مربی تخصصی در باشگاه هامبورگ و در تیمهای پایه این باشگاه آلمانی آغاز کرده بود، به‌عنوان کمک مربی تیم زیر ۱۷ ساله‌های این باشگاه انتخاب شد.قرارداد کمک مربی ایرانی هامبورگ با این باشگاه برای حضور در کادرفنی تیم زیر ۱۷ ساله‌های باشگاه به مدت یک فصل است.مهاجم پیشین تیم ملی فوتبال کشورمان که در فوتبال آلمان سابقه بازی در تیمهای هامبورگ، بوخوم، بایرن مونیخ و هانوفر را دارد، کلاسهای مربیگری خود را تا بالاترین سطح (پرولایسنس) در فدراسیون فوتبال آلمان پشت سر گذاشته است.

هاشمیان درمدت زمان حضورش در کلاسهای مربیگری در دوره‌های مختلف کارآموزی همزمان حضور پپ گواردیولا در بایرن مونیخ، در تمرینات این تیم آلمانی حضور یافت.کمک مربی جدید تیم زیر ۱۷ ساله‌های هامبورگ پس از دریافت بالاترین مدرک مربیگری خود، دو دوره کارآموزی در تیمهای بوخوم آلمان و کوئینز پارک رنجرز انگلیس را نیز پشت سر گذاشت.



وجدان شما، ابزار سنجش درست شما از خودخواهی تان است ● بوگان

پیام از شما چاپ از ما

زیر نظر: علی ملکی

نوشتن نام فامیلی الزامی است

آن دسته از خوانندگانی که مایل هستند پیام های تبریک، تولد، تشکر و قدردانی شان در این صفحه چاپ شود لطفاً از ساعت ۹ صبح الی ۱۶ (شنبه تا چهارشنبه) با شماره تلفن: ۲۹۹۹۳۳۵۸ تماس بگیرند یا به شماره ۲۲۲۷۱۸۱۳ نمابر ارسال دارند و یا به نشانی مجله (بخش پیام از شما، چاپ از ما) پیام خود را حداکثر در دو سطر و حداقل یک هفته قبل از رسیدن موعد آن ارسال کنند.

✽ **آیدا حیرانی عزیز،** کوششهای شما ثمر داد و قبولی دخترم آوا در آزمون مدرسه نمونه حاصل آموزشهای شماست. از زحمات و مهربانی همیشگی تان سپاسگزارم

مریم نیک پور

✽ **شوهر خاله مهربانم، بابک جان،** ۳ مرداد زادروزت شیرین، پر عشق و نور آفرین باد شادی‌های آسمانی و آرامش زلال زندگی را برایت آرزو دارم

علی پورنگ ـ تهران

✽ **بابک جان،** سوم مرداد، سالروز تولدت بهانه‌ای شد تا بگویم که چقدر برایم عزیزی، تولدت مبارک

همسرت، معصومه معصومی ـ تهران

✽ **داداش عزیزم، امیرحسین جان،** قشنگ ترین روز زندگی ام، روز تولد توست، با یاد آن روز همیشه خوشحالم، ۳۱ تیر سالروز تولدت مبارک

امیر صدرا ـ زاهدان

✽ **جناب آقای بهروز،** نمی دانم با کدامین واژه از شما و لطف و یاریتان تشکر و قدردانی کنم، هزاران بار از شما سپاسگزارم

سیدابوالفضل نعیمی ـ زنجان

✽ **همسر عزیزم، بهناز،** تو شبنم عشقی که با آمدنت به روزگار تیره و تارم رنگ مهر و وفا بخشیدی ۵ مرداد سالروز تولدت مبارک

همسرت، هادی رفعت ـ تهران

✽ **محمدحسین جان،** ۶ سال پیش در چنین روزی دنیا صاحب تو شد و با تولدت در قلبم صاحب دنیای جدیدی شدم. مقدمت را به دنیای قلبم تبریک می گویم، تولدت مبارک

مادرت، زهرا بربری ـ تهران

✽ **دختر قشنگم، هانیه جان،** می گویند شیشه عمر آدمها اگر تر شود، عمرشان کوتاه می‌شود. می‌دانی که چشمهایت عمر من هستند، پس نگذار بارانی شوند، خیلی دوستت دارم

زهرا بربری ـ تهران

✽ **خاله صولت مهربان،** بی نهایت دوستت دارم و قدم نورسیده‌تان را به شما و همسر گرامی‌ات آقا مصطفی تبریک می گویم

ناهید سهرابی ـ قزوین

✽ **آقا محمد مهربان و دوست داشتنی،** چهارم مرداد، سالروز تولدت را با تقدیم هزاران شاخه گل به تو تبریک می گوییم، خیلی دوستت داریم

پدر و مادر و خواهر و برادرت، شاهرخ شیرعلی ـ تهران

✽ **علیرضای مهربان،** ۷ مرداد، دومین سالروز ازدواجتان را با راحله خانم تبریک می گویم و آرزوی سلامتی شما زوج مهربان را دارم

برادرت، امیرعلی فیضی پور ـ قزوین

✽ **خواهر عزیزم، ملین جان،** چه زیبا و پر خاطره است روز پنجم مرداد، قشنگ ترین روز زندگی ما سالروز تولدت مبارک مهربانم

برادرت، محمدرضا رادفر ـ تبریز

✽ **دختر عزیزم، رونیکا جان،** چهارم مرداد، پانزدهمین سالروز شکفتنت مبارک، امیدوارم مثل خورشید و ماه همیشه در زندگیمان بدرخشی و در زندگی موفق و سلامت باشی

پدر و مادرت، محسن و نغمه بهادری ـ هشتگرد

✽ **کسرای عزیزم، پسر خاله مهربانم،** سبد گل سرخ تقدیم به کسی که شکفتن هیچ گلی زیباتر از لبخند او نیست، جشن میلادت بهترین بهانه برای فکر کردن به تو و یادآور خوبی هایت است. ۹ مرداد سالروز تولدت مبارک

علی پورنگ ـ تهران

✽ **همسر عزیزم، طهورا جان،** با آمدن تو، بهترین و زیباترین لحظات وارد کلبه خوشبختی‌مان شد، تو را از خدایی خواستم که به رحمت بیکرانش ایمان دارم پس برایم بمان و بدان که تا بینهایت عاشقانه دوستت دارم. حالا اما ماه مرداد با تمام گرمایش همچون سالروز تولدت گرمابخش زندگی‌ام شده است پس با تک شاخه گل زندگیمان و با تمام وجودم می گویم دوستت دارم، تولدت مبارک

حمید دانش ـ مارلیک

✽ از رئیس بانک کشاورزی شعبه شهرداری اسلامشهر **آقای مهندس علیرضا بیک وند** و همکاران گرامی‌اش کمال تشکر و قدردانی را دارم، امیدوارم همیشه در زندگی موفق باشند

حسین شفیعی ـ تهران

✽ **آراد عزیزم،** تک ستاره قلبم، تولدت مبارک، بی‌نهایت دوستت دارم

خواهرت سارا محمدی ـ تهران

✽ **آقا رضای مهربان، همسر عزیزم،** ۸ مرداد دومین سالروز ازدواجمان را به شما همسر دوست داشتنی‌ام تبریک می گویم

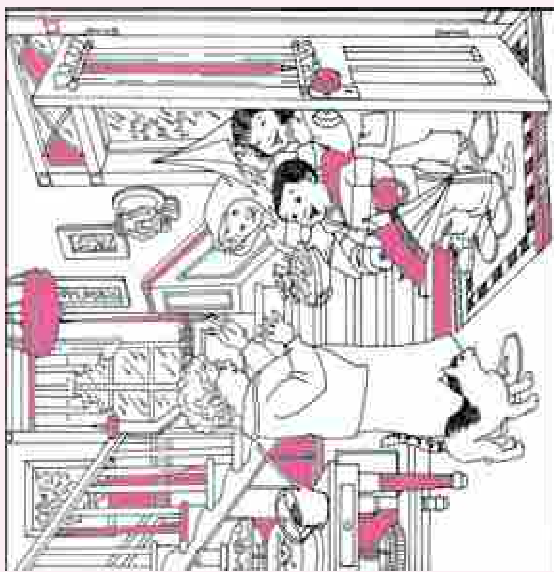
همسرت بهاره تو تونچی ـ ورامین

پاسخ های با هوش خود کلنجار بروید

بقیه از صفحه ۴۷



پاسخ هشت اختلاف در تصویر استتار حیوانات



پاسخ شکلهای پنهان در تصویر دیدن مادربزرگ

پیغامهای روشنایی

از: دکتر نوید خدادوست



فروردین

این روزها مهربانی ویژه‌ای که در درون شما موج می‌زند، توجّهتان را به سمت اطرافیان جلب کرده و دغدغه‌های آنان تبدیل به دل نگرانیهای شما شده است و اگر دقت کنید همین احساس است که باعث شده این همه انرژی مثبت را دریافت کنید و تنها مشکل این است که گاهی خسته می‌شوید و دوست دارید همه چیز را به حال خود رها سازید و خوب می‌دانم که شما چنین نمی کنید!



اردیبهشت

در حالی که حل چند موضوع را در سر می‌پرورانید زمان برای شما به تندی می‌گذرد و خودتان هم از این مسأله لذت می‌برید چون پیغامهایی را در رابطه با حل مشکلات با تکیه بر روح بلندتان گرفته‌اید و در حالیکه ابتدا فکر می کردید نمی‌توانید اینگونه ادامه دهید، حالا به لطف حضرت دوست کارها پیش می‌روند و می‌توانید چشم انتظار تغییرات بزرگی در زندگیتان باشید. پس تخیّلات منفی را کنار بگذارید و خوشحال باشید که کار نشدنی شدنی شد!



خرداد

این روزها از نظر احساسی در موقعیت خوبی قرار دارید چون انتظاراتتان برآورده شده‌اند و شما تنها باید از بروز وسوسه‌های منفی و زیاده خواهیها جلوگیری کنید و سعی داشته باشید در مسیری که از قبل تعیین کرده‌اید، مطمئن و آرام قدم بردارید و تعادل را در کار کردتان حفظ کنید، زیرا خوب می‌دانید که در آخرین لحظه‌ها ممکن است همه چیز تغییر کند.



تیر

برگشتن به گذشته کار خوبی نیست و خوب می‌دانید که این روزها حرکت شما به گونه‌ای آغاز شده که نباید بخشی از گذشته را به خاطر بیاورید، اما اگر معتقدید که دچار تردید عمیق شده‌اید دلیل بروز این مشکل زیاد شدن درگیریهای ذهنی‌تان است و امیدوارم به گونه‌ای عمل نکنید که دیگران را هم درگیر خود کنید و توصیه‌ام این است که بدون سختگیری بیش از حد پیش بروید که حالا وقت غافل شدن نیست!



مرداد

از اینکه شرایط به گونه‌ای ناگهانی تغییر کرده متعجب نباشید چون توجه شما نسبت به مسایل هم متفاوت شده و این یک نشانه است که بدانید برای شکل بخشیدن به زوایای مختلف زندگی‌تان ابزار لازم را دارید و تنها باید سعی کنید تا مسایل حاشیه‌ای بر روی عاطفه‌تان تاثیر نگذارد و آنگاه با چهره‌ای از زندگی روبرو خواهید شد که فکرش را هم نمی کردید، مطمئن باشید!



شهریور

شما جزء اشخاصی هستید که نحوه استفاده درست از فرصتها را می‌شناسید، اما گاهی هر چقدر بیشتر روی موضوعی تمرکز می کنید، وقوع آن را بیشتر به تعویق می‌اندازید و این برای شما که به سختی زندگیتان وارد مرحله آرامش شده قابل تحمل نیست، در حالیکه خودتان خوب می‌دانید، شرایط شما با هیچ کس قابل قیاس نیست و تنها باید سخت گیریتان را روی برخی مسایل کم کنید!



مهر

از انجام کارهایی که خودتان هم می‌دانید وظیفه شماست، خیلی لذت نمی‌برید و با این تصوّر دلخوش هستید که به قولهایتان عمل کرده‌اید، در حالیکه اگر واقع بین باشید حالا فرصت خوبی برای پرداختن به طرحهای عقب افتاده است و نباید به محض روبرو شدن با یک ساز ناکوک همه چیز را رها کنید، چون شما از ساختار محکمی برخوردارید و باید تعادل را حفظ کنید.



آبان

جزء اشخاصی هستید که به محض رویارویی با موضوعی متفاوت و مخالف ناراحت نمی‌شوید، بلکه معمولاً به دنبال یافتن راه حلی ساده برای غلبه بر شرایط هستید و حالا برای پیشرفت به دنبال عاملی تعیین کننده می‌گردید و به همین خاطر گویی دست و دلتان به کار نمی‌آید، ولی مطمئن باشید اگر همه چیز را رها کنید، یعنی اجازه داده‌اید سرنوشت به هر سمتی که می‌خواهد بتازد و این برای شما خوشایند نیست.



آذر

درست در زمانی که می‌اندیشید تمام مسایل در حال سامان گرفتن هستند مانعی از راه می‌رسد و همه چیز را در هم می‌پیچد، اما شما ثابت کرده‌اید که اگر بخواهید ممکن نیست که شرایط تمرکزتان را مختل کند و دلیل بروز اتفاقات شگفت انگیز زندگیتان هم همین است. امیدوارم اجازه ندهید که افکار منفی روی گفتارتان تاثیر بگذارند که این موضوع می‌تواند بحران آفرین شود.



دی

توانسته‌اید خودتان را با شرایط وفق دهید و این موفقیّتی ارزشمند است، اما تا گذشته را رها نکنید نمی‌توانید در زمان حال از روزمرّگی‌ها بگریزید، پس پیشنهاد می کنم، در مقابل آتش افکار نامناسب مقاومت کنید که اگر به آن بی‌توجه بمانید، می‌تواند همه چیز را شعله ور کند، اما خبر خوب این است که حالا شرایط تغییر کرده و می‌توانید به دیگران کمک کنید و با این رفتار خود شاد باشید.



بهمن

دور و بر شما دوستانی هستند که می‌توانند شرایطی متفاوت را برایتان مهیّا کنند، اما در همین حال و احوال هم اگر تکیه شما به حضرت دوست نبود، در کوران طوفانهایی که پیرامونتان برپا می‌شود، گم می‌شدید، پس خوشحال باشید و بپذیرید که همین حالا هم بسیار متفاوت از دیگران زندگی می کنید و در این شرایط آرامش مطلق وجود ندارد، پس آماده باشید!



اسفند

اگر سرتان را بالا بگیرید و به دور و برتان خوب نگاه کنید، می‌پذیرید که سنجیده عمل نکردن می‌توانست چه عواقبی برای شما به همراه داشته باشد، بگذریم از اینکه، در این شرایط خدا را هم بر خود ناظر می‌بینید و این لطف شامل حال هر کسی نیست و امیدوارم سعی کنید در مسیر خودتان باقی بمانید و کاری را انجام ندهید که خودتان نسبت به عواقب آن اطمینان ندارید!

اگر به راستی می خواهی یک بار را از زندگی ات بردایی، نباید یک توده ی بزرگ از آن بسازی • ستوارد

بگو سیب... اینجا تهران است

ارشمیدوس و منکرات

در عکس جعفری کوهبنانی زیاد مشخص نیست که نفر اول سرش را کج کرده طرف رفیقش. او هم دستش را جلو دهانش گرفته و جواب را می‌رساند. آقای ممتحن جریان تقلب را فهمیده و سمت آنها می‌رود. نصف کمتر بچه‌ها روی آرم‌چیر یعنی صندلی دسته‌دار نشسته‌اند و از آن بالا می‌توانند ورقه کف‌نشین‌ها را دید بزنند. بقیه هم چهارزانو روی زمین خالی نشسته‌اند. سؤال بگو سیبی: کدامش تقلب است؟ آن بچه‌ای که از روی دست رفیقش می‌نویسد یا آن اداره آموزش و پرورشی که به خیلی از مدرسه‌ها تقریباً هیچ امکاناتی نمی‌دهد؟ یا آن مدیری که در یخ زمستان می‌گوید نفت نداریم با خودتان لحاف بیاورید. و می‌گوید سقف کلاس چکه می‌کند، اولیا بیایند درستش کنند. می‌خواهیم برای فلان مناسبت جشن بگیریم. اولیا شیرینی و شوکولات و میوه و آش رشته بیاورند. کمکهای مردمی یادت نره اولیای عزیز!...کی متقلب است؟ آن ناظمی که گوش بچه را می‌پیچاند؟ آن معلمی که پوست ذوق و استعداد بچه را دباغی می‌کند؟ یا آن شهری متقلب است که چون دور و کوچک است، بودجه و امکانات ندارد؟ چرا ما نباید آنقدر پول در خزانه داشته باشیم که نتوانیم مدرسه‌ها را آباد کنیم؟ مگر نه اینکه در نفت و گاز و معادن و صنایع و علم و اختراع و تکنیک و اینجور چیزها کلی فعالیم، پس کو پولش؟ شاید اگر جناب ارشمیدوس اینجا بود، از وان حمام به کوچه می‌جهید و می‌گفت "یافتم یافتم پولها رو آقایان بُز خوردن." و بعد او را به جرم پوشیدن شلوارک به منکرات می‌بردند. حال کردی؟ پس بگو سیب!



معنی رسانه‌ای شدن

ابوبکر دلف بن جَحدر شبلی صوفی نامدار قرن سوم و چهارم قمری از صوفی‌های جالبی بود که پیوسته به شادی توصیه می‌کرد و این روایت حضرت رسول(ص) را تکرار می‌کرد که المُؤمنُ مُتَبَسّمٌ. نقل است روزی چند پسر بچه دید که یکی از آنها نان داشت و به دیگری گفت مثل سگ عوعو کن تا نانت بدهم. بچه گرسنه عوعو کرد. شبلی به گریه افتاد و وامسلمانا سر داد که ببین فقر کار انسان مسلمان را به کجا کشانده که برای لقمه‌ای نان از مقام رفیع انسانی به مقام سگی نزول کرده. جناب شبلی که به شادی توصیه می‌کرد، با دیدن یک صحنه به گریه افتاد حالا ببین اگر بیاید و یک دور در شهر بچرخد، چه حالی پیدا می‌کند! تا حالا چند تا از عکسهایی که در بگوسیب چاپ شده، جواب داده و دولت یا مردم آستینی بالا زده‌اند. امیدوارم این عکس و عکسهایی شبیه این قبل از اینکه رسانه‌ای شوند، به چشم بیایند و برای معضل کارتن‌خوابی، بچه‌های ولگرد و بی‌سرپرست و گرفتار فکری کنند. به خدا حتی اگه جیگرمون مثل جیگر شبلی نازک نباشه، با دیدن این بچه‌ها جیگرمون ریش میشه. بچه‌ای پرسید قبل از رسانه‌ای شدن یعنی چی؟ کتاب کوچه شاملو رانگاه کردم. نوشته بود: قبل از اینکه گندش در بیاد!

آب فرانسوی؟

این عکس یک جوب زبون بسته است که بعد از سه روز تعطیلات به این روز افتاده. توی جوب‌های قدیم یَک آب زلالی می‌رفت که آدم حظ می‌کرد پایش را داخلش بگذارد. بچه‌ها تویش آب‌تنی می‌کردند. اما این تن بمیره یه خورده به این جوب نگاه کنین! زشت نیست که توی این کشور که مال خودتان است، اینجور کثیفی به بار بیاورید؟ نوشابه خوردی، نوش جونت. آب معدنی خوردی، نوش جونت. میوه خوردی، نوش جونت. دماغ‌تو پاک کردی، نوش جونت ولی آخه بی‌انصاف چرا دستمال دماغی و پوست میوه و بطری و این آشغالا رو میندازی تو جوب و وسط راه؟! اینجا شهر خودته. خیابون و جوب خودته. محله خودته. تمیز نگرش دار بلکه تونستیم چهار تا توریست جذب کنیم و همین آب معدنی رو به دلار بهش بفروشیم. چی؟ تازگی‌ها خودمون داریم آب معدنی فرانسوی وارد می‌کنیم به پونزده هزار تومن؟ آب خالیه؟ شاید چیزی توش قاتی کرده باشن. یادتونه ویروس ایدز بار اول از فرانسه با فاکتور هشت وارد ایران شد؟ نمیگم آب فرانسوی نخور. بخور نوش جونت. فقط میگم رحمت به پدر و مادر کسی که اینجا آشغال نریزه.

بقیه از صفحه ۱۵

یک دروغ عاشقانه

عشق و ازدواج و... حرف بزنم، درحالیکه از شرم سرم را پایین انداخته بودم به آرامی گفتم:

ـ حق با شماست مامان، اما من و اشکان که قصد نداریم همین فردا با هم ازدواج کنیم؟ قرارمون اینه ـ البته اگر شما موافق باشید ـ چند ماه نامزد باشیم و در این مدت حسابی همدیگر رو بشناسیم، اون وقت اگر دیدیم تفاهم داریم...

بقیه صحبتم را ادامه ندادم و مادر لبخندی زد و گفت: هرچی پدرت بگه، من موافقم... نظرت چیه آقا فخرالدین؟...

پدر که در چنین مواقعی اصلا از چهره و رفتارش نمی‌شد نظرش را تشخیص داد، سری تکان داد و گفت: دختر، آخرش مال مردمه "دلارا" خانم. ونوس هم که بچه نیست، اگر فکر می کنه این جوون می‌تونه خوشبختش کنه، انشاا... که خیره!

از شادی در پوستم نمی گنجیدم و با اینکه می‌دانستم پدرم "از این لوس بازیها خوشش نمی آید..." اما بغلش کردم و بوسیدمش و از خجالت، به سرعت داخل اتاقم دویدم و بلافاصله برای اشکان یک پی‌ام فرستادم: "مامان و بابا قبول کردند" و کنار پیامم یک قلب سرخ هم ارسال کردم!

از فردای آن روز، قشنگترین ساعتهای زندگی‌ام را در کنار اشکان تجربه کردم. با تمام وجودم عاشقش بودم و او هم مرا دوست داشت. حالا در میان دوستان موزیک نیز به عنوان یک زوج هنری خوشبخت معروف شده بودیم. تنها مشکلمان این بود که اشکان مجوّز کار نداشت، یعنی چون قبلاً "خواننده زیرزمینی" محسوب می‌شد و وزارت ارشاد هم با شکل کارهایش موافق نبود، مجوّز رسمی برای اجرا نداشت. شاید به همین خاطر بود که دو ماه بعد از آن روزی که موضوع را با پدر و مادرم در میان گذاشتم، اشکان که حالا یک ساعت هم نمی‌توانستیم از هم جدا بمانیم آن پیشنهاد را مطرح کرد و گفت: "ونوس می‌دونی اگه من و تو بریم اونطرف، خیلی زود کارمون می گیره و معروف میشیم؟"

با خنده گفتم: "تو فکر کردی اونطرف آب، همه منتظر ما هستند که با پدیده‌های جدید موزیک پاپ آشنا بشن؟ یعنی خبر نداری چه تعداد از بچه‌هایی که به عشق معروف شدن رفتند اروپا و آمریکا و دوبی و ترکیه، سر خورده شدند و دست از پا درازتر برگشتند؟ لطفاً رویایی فکر نکن اشکان!"

اشکان پوزخند زد و گفت: "نه عزیزم، رویایی فکر نمی کنم، اما هیچکدام از کسانی که به قول تو شکست خوردند، یکی از معروف ترین "منیجر"های موزیک رو به عنوان پشتیبان نداشتند!... شاید شنیده باشی که آقای "م" اومده ایران، و لابد می‌دونی که تا حالا چند نفر از بچه‌ها رو ـ چه هنرپیشه و چه خواننده‌ها ـ یک شبه معروف کرده...، حالا اگر بهت بگم اون یکی از ویدئوهای من و تو رو دیده و خوشش اومده و قراره تو مهمانی یکی از دوستان مشترکمون اجرای دو نفره داشته باشیم که اگر مورد پسندش قرار بگیره، اسپانسرمون بشه و برامون اونطرف مرز کنسرت بگذاره، چی میگی؟



باورم نمی‌شد که اشکان تا این اندازه به فکر آینده زندگیمان باشد. تنها مشکلی که اذیّتم می کرد این بود که اگر می‌رفتیم، به راحتی نمی توانستیم به ایران بیاییم. با این حال آنقدر عاشق اشکان بودم که حتی به دلتنگی‌ام برای بابا و مامان هم فکر نکردم و چند شب بعد در مهمانی که آقای "م" در یک باغ و با حضور مهمانان زیادی ترتیب داده بود شرکت کردیم.

هنگامی که پیانو کوک شد و اشکان هم میکروفون را تست کرد و قبل از اینکه برویم روی "استیج" یک مرتبه آقای "م" آمد پشت سِن و رو به اشکان گفت: "چرا خانمت روسریش رو برنمی‌داره؟"

من که انتظار این حرف را نداشتم به تلخی گفتم:

ـ شما و دوستانتون قراره پیانوی منو بشنوید یا موهام رو ببینید؟

آقای "م" برخلاف ظاهر خیلی شیکش، یکمرتبه قهقهه‌ای سر داد و با لحنی تحقیرآمیز گفت:

"دختر جون این دهاتی بازیها رو بگذار کنار، یادت باشه اونطرف، باید با لباس دکولته و اگر لازم باشه با مینی ژوپ بری روی صحنه!"

و بعد رو به اشکان ادامه داد: "یا زودتر نامزدت رو توجیه کن، یا بیخودی وقت منو نگیر..."

این را گفت و از ما دور شد و من پرسیدم: "اشکان این آقای مثلاً محترم چی داره میگه؟"

اشکان که قبلا هم خیلی تلاش کرده بود مرا "به روز" کند! سرانجام حرف دلش را زد و گفت: "دروغ که نمیگه ونوس جان...، تو دیگه داری خیلی سخت می گیری، لطفاً کمی امروزی فکر کن، حالا هم این لباس رو که خودم برات کادو خریدم بپوش و بیا روی صحنه!"...

وقتی آن لباس بدن نما را دیدم یک لحظه از خودم بدم آمد و یاد حرف شب تولد ۱۲ سالگی‌ام افتادم که پدر گفته بود: مرد و زن که فرقی نداره، آدم اگه مرام داشته باشد جوونمرده!

قبلاً شنیده بودم که فاصله عشق و نفرت گاهی اوقات به کوتاهی یک جمله است و من آن شب این جمله را از زبان مردی که عاشقش بودم شنیدم و عشقش برایم به نفرت تبدیل شد و بدون خداحافظی از اشکان به خانه برگشتم. اشکان از فردای آن روز مدام به موبایلم زنگ می‌زد، به خانه تلفن می‌زد و حتی چند مرتبه آمد دم منزلمان تا با من حرف بزند، اما من با یک پیام حرف آخرم را زدم: "دیگه نمی‌خوام ببینمت"... و او رفت!

تا چند هفته حالم بد بود و از خانه هم بیرون نمی‌رفتم. مادرم همه چیز را می‌دانست، اما پدرم یک کلمه هم سوال نکرد تا بالاخره، یک شب پس از شام، درحالیکه نمی‌توانستم جلوی اشکهایم را بگیرم، ماجرای شب مهمانی و پیشنهاد اشکان را برایش گفتم. پدرم که از فرط غضب رنگ صورتش کبود شده بود، چند دقیقه‌ای سکوت کرد و کمی که آرام گرفت، مثل همیشه حرفش را کوتاه و مختصر به زبان آورد: روزگار بدی شده دخترم...، به هر مردی نمیشه اعتماد کرد!

من که هنوز از اشکان خشمگین بودم و دلم می‌خواست بغضم را خالی کنم، بی‌مقدمه گفتم:

"به خودتون نگاه نکنید بابایی، این روزها به هیچ مردی نمیشه اعتماد کرد، حتی نورچشم شما نامدار!"

انتظار داشتم پدرم جا بخورد و دلیل حرفم را بپرسد و...، اما پدر لبخندزد و گفت: "تو واقعا فکر می کنی نامدار اون روز بدون اجازه من با تو حرف زد؟ اون جوون از چند ماه قبل حرف دلش رو در مورد تو به من گفته بود، ولی من چون می‌دونستم تو عاشق اشکان هستی، وقتی نامدار ازم اجازه گرفت که باهات حرف بزنه، بهش گفتم به تو نگه من در جریان هستم، یعنی دلم نمی‌خواست تو به خاطر من، به نامدار جواب مثبت بدی!...

بهتزده به پدر نگاه کردم و گفتم:

"پس چرا نامدار به من دروغ گفت؟"

این بار نوبت مادر بود که پاسخم را بدهد:

ـ دخترم، گاهی اوقات دروغ یک عاشق، خیلی خیلی بهتر و قشنگتر از تظاهر یک نالوطی و ناجوونمرده!

سکوت کردم و به یاد لحظه‌ای افتادم که نامدار را از اتاقم بیرون کردم و او گفت: "چشم"!

***

پنج ماه طول کشید تا ذهنم از اشکان خالی شد و بالاخره غرورم را کنار گذاشتم و یک روز در باشگاه به نامدار گفتم:

ـ مادرم میگه گاهی اوقات دروغ یک عاشق خیلی قشنگه، حالا اگه تو فکر می کنی عذرخواهی یک عاشق هم قشنگه، منو ببخش نامدار!

نامدار با همه وجودش خندید و یک ماه بعد من با لباس عروسی، پشت پیانو نشستم و آهنگ مبارکباد را نواختم...

تنهایی کار آمد است که همراه باشد با پژوهیدن و کاویدن در خود





شجاعت یا نمایش؟: اسپانیا:
تعدادی از علاقه‌مندان به فستیوال "سان فرمین" معروف اسپانیا را می‌بینید که در آغاز مسیر دویدن گاوها روی زمین دراز کشیده‌اند و خطر لگدمال شدن زیر پای گاوها را به جان می‌خرند تا کمی هیجان را تجربه کنند. متاسفانه خیلی اوقات گاوها از روی این مانع نمی‌پرند و یا تعدادی از آنها را له یا با شاخهایشان به هوا پرتاب می‌کنند! اما این رسم همچنان باقی است و حتی سالم بیرون آمدن از زیر پای گاوها را نشانه خوشبختی و سعادت می‌دانند.

شکار: اندونزی:
به نظر شما چه عاملی توانسته روستاییان اندونزی را به دامنه یک آتشفشان فعال بکشاند؟ این کوهها محل زندگی نوعی پرنده کوچک هستند که در گروههای بسیار پرجمعیت زندگی و مهاجرت می‌کنند. روستاییان با کمین کردن در پشت کوه، در حالی که یک تور و چوب بلند به دست دارند، پرندگانی که دور کوه می‌چرخند را غافلگیر می‌کنند و به راحتی به دام می‌اندازند. آنها هر روز می‌توانند تا ۳۰۰ پرنده را به این روش شکار و برای زمستان ذخیره کنند.





آئودی پیشتاز: بارسلونا: آئودی در نمایشی خیره کننده از جدیدترین خودروی خود که مدل A8 نام دارد رونمایی کرد. آئودی که از برترین شرکتهای خودروسازی است اعلام کرده است که به زودی مدلهای شاسی بلند و الکتریک جدید بیشتری را معرفی خواهد کرد.

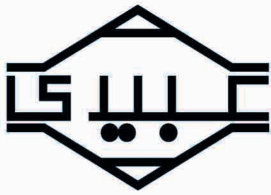
مهمان کوچک: پیتزبورگ: کودکان در حال تماشای مهمان جدید و تازه وارد باغ وحش شهر پیتزبورگ هستند. این بچه فیل یک ماهه برای اولین بار به محوطه عمومی باغ وحش آمد و رسما به بقیه دوستانش معرفی شد. این اولین بچه فیلی است که در داخل باغ وحش پیتزبورگ به دنیا آمده است.





جشنواره کشاورزی: انگلستان:
یک گوسفند از نژاد ونزلی را می‌بینید که در اصطبل منتظر است تا نوبت نمایش او برسد. جشنواره کشاورزی رسمی است که از سال ۱۸۳۸ بین کشاورزان بومی انگلستان شکل گرفته است و در آن محصولات برتر و دامهایشان عرضه می‌شوند. کم کم با شناخته شدن این جشنواره در بین جهانیان، به یک جاذبه توریستی تبدیل شد و هر ساله در مدت سه روز برگزاری آن نزدیک به ۲۰۰ هزار نفر از آن دیدن می‌کنند.

چه کسی پنیر مرا برد؟: سوییس:
شرکت کنندگان در مسابقه تعقیب کردن پنیر که در سوییس بسیار محبوب است، در حال غلطیدن در شیب تپه هستند. مسابقه به این شکل است که یک تکه پنیر را به پایین شیب می‌اندازند سپس شرکت کنندگان به دنبال آن می‌دوند اما کمتر پیش می‌آید که بتوانند ایستاده بدوند و شیب زیاد تپه باعث می‌شود که زمین بخورند. جالب است بدانید که این مسابقه مفرّح یکی از خطرناکترین مسابقات محلی هم محسوب می‌شود.



شرکت بهداشتی دکتر عبیدی



شامپو دوقلو

برای موهای زبر و رنگ شده





دکتر عبیدی توصیه می‌کند

Dr. ABIDI Recommends

www.dr-abidi.ir

تلفن دفتر فروش: ۵-۷۷۳۴۹۷۹۴ ۰۲۱